

Wijkblad Overhoven



JAARGANG 49 | NUMMER 6 | OKTOBER 2022 | WWW.WIJKBLADOVERHOVEN.NL

50 jaar verpleegkundige en nog steeds aan het werk

Op 5 september kreeg Petra Horn uit onze wijk door de burgemeester een koninklijke onderscheiding opgespeld omdat ze vijftig jaar verpleegkundige is en met haar leeftijd van 72 nog altijd werkzaam is in de verpleging. Wijkblad Overhoven zocht haar op.

Petra is een Zittesj maedje en is de jongste uit een gezin van vier: ze heeft twee broers en een zus. Petra geeft aan dat ze altijd al verpleegster wilde worden, misschien kwam dat wel door het feit dat ze vaak een brokpenpilot is geweest. In 1968 was het eindelijk zover en Petra startte aan de verpleegstersopleiding in het Sint Barbaraziekenhuis in Geleen. Ze koos voor Geleen, omdat haar ouders een kledingzaak hadden in Sittard (Horn-Dukers) en ze wilde toen niet dat ze klanten van de zaak zou moeten verplegen. In vier jaar tijd haalde ze haar diploma verpleging met daarbij de kraamaantekening. Ze kon toen starten in het ziekenhuis van Sittard waar ze het contract had getekend. Helaas kon dit niet doorgaan, omdat ze op 7 oktober 1972 door een dronken persoon bruut van de weg werd afgereden. Petra werd zwaargewond overgebracht naar Nijmegen waar ze geopereerd werd. Het letsel aan haar been was blijvend en ze kwam in de WAO terecht. Dit was een grote domper, maar Petra legde zich daar niet bij neer. Jaren later liet ze zich herkeuren en ze werd arbeidsgehandicapt verklaard. Dit houdt in dat je kunt gaan werken, maar als het niet gaat dat je dan kunt terugvallen op je uitkering. In eerste instantie mocht ze 12 uur per maand werken. Voor Petra te weinig, want ze wil er graag voor de mensen zijn, zeker voor de medemens die het sociaal minder goed gaat.

Veelzijdig

Petra werkte bij verschillende instanties, zoals bij de verslavingszorg in Heerlen, waarbij ze deelnam aan de operatie Hartslag. Hierbij werd hard opgetreden tegen drugsoverlast, maar ook gezorgd voor opvang en begeleiding van Heerlense verslaafden. Er waren zogenaamde Domushuizen waarbij de verslaafden een kamer, eten en medicatie kregen. Ze legde met de arts de visites af en zorgde ervoor dat de medicatie bij de juiste mensen kwam. Petra ontfermde zich over de verslaafde prostituees op de tippelzone; voor hen heeft ze veel kunnen betekenen. Voor haar staat voorop dat de mensen, ongeacht hun achtergrond, goede zorg moeten krijgen en dat de beloftes die gemaakt worden ook nagekomen worden. Helaas zijn veel verslaafden overleden. Daarnaast werkte ze bij de dag- en nachtopvang van het Leger des Heils waar ze daklozen hielp die geestelijke gezondheidszorg nodig hadden. Ook hier heeft ze veel kunnen betekenen en heeft ze meegeholpen enkele verslaafden van hun verslaving af te helpen. Verder werkte ze ook bij "De zusters van het arme kindje Jesus" in Simpelveld.

Thuiszorg

In 2003 is Petra opnieuw geopereerd aan haar been waarna ze het werk, waarbij veel gelopen moest worden, niet meer kon



uitvoeren. Ze is toen gaan werken in de thuiszorg, waarbij ze schrijnende situaties tegenkwam en waar ze van betekenis was voor haar cliënten. In 2009 is ze met vroeged pensioen gegaan, maar niet voor lang, want kort daarna is ze als ZZP'er gaan werken voor Primazorg (nu Blinkers); ze kon het werk niet missen. Petra maakt dagen van 8.00 uur tot 22.30 uur waarbij ze om de week een weekend vrij heeft. Ze vindt het moeilijk om cliënten aan hun lot over te laten. Vroeger had je de tijd voor de mensen, maar tegenwoordig is alles op doelmatigheid gericht, overal staat tijd voor, en dat gaat tegen haar gevoel in. Als voorbeeld geeft ze hiervan dat ze van iedere keer dat ze insuline moet spuiten bij een cliënt een foto moet maken van de insulinespuit ter controle van de dosering en deze moet door-

Kwestie van Smaak is uw partner voor feesten en partijen. Laat uw culinaire zorgen de onze zijn! Wij verzorgen diverse soorten heerlijke buffetten bij u thuis of op een andere door u gekozen locatie. Tot in de puntjes verzorgd, voor een familiefeestje, verjaardag, communie of misschien wel een zakelijk evenement.

Bij **Kwestie van Smaak** heeft u keuze uit diverse smaakvolle mogelijkheden zoals koude en warme buffetten, Italiaans buffetten, visbuffet, hapjesbuffet, barbecuefeestjinnen en verschillende uitbreidingen, zowel warm als koud. Bezoek onze website en bekijk een keur van lekkerheden.

Verras uw gasten! **Kwestie van Smaak** regelt het voor u ...

KWESTIE VAN SMAAK
smaakmaker op feesten en partijen

Heistraat 29, 6136 BA Sittard
T 046-451 56 39 F 046-458 76 77
E info@kwestievansmaak.info
I www.kwestievansmaak.info



Let Me Help!

- Examentraining Engels, vmbo/havo/vwo
- Bijles Engels, vmbo/havo/vwo

Attention please!

Extra ondersteuning nodig bij grammatica, leesvaardigheid (teksten), schrijfvaardigheid, spreekvaardigheid of luistervaardigheid Engels?

Let Me Help!

- Bijlessen of examentraining Engels, individueel of in kleine groepjes
- Eén of meerdere vaardigheden, alle leerjaren vmbo, havo en vwo
- Maatwerk lessen in Overhoven
- Universitair afgestudeerde docent Engels met 33 jaar leservaring
- Examentraining leesvaardigheid/teksten vanaf vmbo 3, havo 4 of vwo 4
- Info/aanmelden via mijn website of per telefoon.
- Bezoek (en 'like') mijn Facebook pagina!

www.let-me-help.nl
Ineke van den Aakster-Kusters
info@let-me-help.nl
06 - 81 56 25 69
f Let Me Help Examentraining & Bijles Engels Sittard

sturen, omdat de zorgverzekering hiervan bewijs moet hebben. Dat betekent dat ze van een cliënt twee keer per dag een foto moet maken, elke dag opnieuw. Als mensen uit het ziekenhuis worden ontslagen, moet thuis wel alles geregeld zijn. Helaas

"Er zit een mens achter de patiënt en die mag je niet uit het oog verliezen."

komt ze vaak uit bij mensen die geen mantelzorg hebben en dan moet er toch van alles geregeld worden. Petra maakt zich hard voor deze mensen en zorgt dat het geregeld wordt, ook al is dit in haar eigen tijd. Ze vindt het niet kunnen dat mensen aan hun lot worden overgelaten en helaas gebeurt dit nog te vaak. Ze zegt dan ook: "Er zit een mens achter de patiënt en die mag je niet uit het oog verloren raken."

Toekomst

Petra is nu 72 jaar oud en ze heeft plezier in haar werk. Ondanks dat ze enkele keren geopereerd is, twee schouderprothesen en een knieprothese, stopt ze nog niet. Ze wil nog doorgaan tot haar 75e. Het is momenteel moeilijk om aan goed perso-

neel te komen en met name de weekenden zijn moeilijk om met genoeg personeel in te plannen. Mensen die ze nu verpleegt en die langdurige zorg nodig hebben kan ze moeilijk loslaten, daarom neemt ze nu geen nieuwe patiënten met langdurige zorg aan en alleen patiënten met kortdurende zorg: zo kan ze wel langzaam gaan afbouwen.

Dat Petra met passie haar beroep uitvoert, merk je wel aan de talloze verhalen die ze vol vuur vertelt en ze is erg verantwoordig als mensen aan hun lot worden overgelaten.

Koninklijke onderscheiding

Dit is niet ongemerkt gebleven. Op maandag 5 september was er bij haar dochter een feest georganiseerd ter gelegenheid van haar 50-jarig jubileum als verpleegkundige. Daarbij waren al haar dierbaren aanwezig, ook vriendinnen die al jaren in het buitenland wonen. Het was een feest waarbij de liefde van haar omgeving naar haar afstraalde. Op een gegeven moment zag ze de burgemeester binnenkomen en toen wist ze hoe laat het was. De burgemeester spelde haar de onderscheiding "Lid in de Orde van Oranje-Nassau" op. Een verdiende onderscheiding voor al het mooie werk dat ze ge-



daan heeft en doet. Petra was overdonderd dat dit allemaal geregeld was zonder dat zij er iets van meegekregen had. Ook vindt ze het fijn dat haar dochter haar passie heeft overgenomen, want ook zij is verpleegkundige geworden.

Petra hoopt de komende jaren nog met veel passie te blijven zorgen voor de mensen die aan haar zijn toevertrouwd. Zolang ze het lichamelijk aankan, blijft ze dit doen.



Marcel Roubroeks
De Echte Bakker

046-4514709

Sinds 2006 staan wij als Bakkerij Roubroeks in Overhoven bekend als verkooppunt van brood- en banketproducten.

De plotselinge bedrijfsbeëindiging van de naast ons gelegen slagerij Swiatalski heeft ons doen besluiten om aan de inwoners van Overhoven en omstreken ook een assortiment vleeswaren te gaan aanbieden. Zo kunt u bij ons terecht voor

boterhamvlees, kaas, eieren en vers vlees.

Ons vers vlees is afkomstig van slagerij Thijs Kuepers te Nederweert. Dit is een ambachtelijke slager die de varkens en runderen in eigen beheer levend vervoert, slacht en verwerkt. Vervolgens wordt het vlees voor ons vacuüm verpakt en ingevroren.

Er wordt uitsluitend gebruik gemaakt van 100% antibioticavrij vlees. Dit zult u beslist proeven.

Wij zien u graag in onze winkel om kennis te maken met ons nieuw assortiment.

Bakkerij Roubroeks

GARAGE SALE 2022

OVERHOVEN-SITTARD

De 3e editie van de Garage Sale Overhoven zit erop. Het was een gezellige dag en bracht wat reuring in de wijk, mede dankzij de vele particuliere deelnemers, de ondersteunende vrijwilligers en de geweldige nevenactiviteiten van Leif & Leid, Dagactiviteitencentrum Het Karwei, Wijksteunpunt Gelderhof en Oos Kaar, waarvoor onze hartelijke dank. Hoewel de weergoden ons iets minder goed gezind waren dan vorig jaar, viel het weer al met al toch mee en kregen we naast enkele lichte regen-



buitjes ook wat zon over ons heen. Mensen kwamen daardoor verspreid over de dag, wat meer gelegenheid gaf tot leuke gesprekken en ontmoetingen, ook met andere nationaliteiten. Dat is precies de meerwaarde en kracht van een evenement zoals dit. Enkele statistieken: Er waren dit jaar 138 aangemelde deelnemers, waarvan er 8 gebruik maakten van het Wijksteunpunt. Voor zover bekend was de oudste actieve deelnemer 91 en kwam de verste actieve deelnemer (een student van de Universiteit in Maastricht) uit China. Er zijn 170 posters verspreid, 1700 flyers in de wijk en nog eens 450 daarbuiten en er zijn 120 papieren routes uitgedeeld. Sneldrukkerij Pasklaar bedankt! Het was goed om te zien dat mensen ook de digitale routes gebruikten, die op diverse websites en Facebook pagina's waren gepubliceerd.

Naast bezoekers uit eigen wijk en gemeente, waren er bezoekers uit het hele land, want ook bij de camperparkeerplaats aan de Schwienswei was reclame gemaakt. Verder werden er auto's met kentekenplaten uit o.a. de ons omringende landen gesignaleerd. In Overhoven is iedereen welkom!

In Overhoven zijn de kelders, garages en zolders weer opgeruimd! Op naar de 4e editie. *Onder voorbehoud: Vermoedelijke datum wordt zaterdag 16 september 2023. Om diverse redenen iets eerder dan de officiële Nationale Burendag. Voordeel is dat Overhoven dan ook eens de Burendag activiteiten elders kan bezoeken.*

Tot ziens in 2023! Dank namens Astrid, Gerda, Anja en Ineke



U kunt bij ons
ook terecht voor het
aanmeten en leveren
van **steunkousen**



houben^o
FYSIOTHERAPIE

Overhoven 103a Sittard T 046 - 451 26 11 E info@houbenfysiotherapie.nl W www.houbenfysiotherapie.nl

Refresco

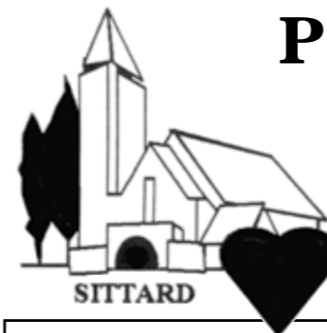
Our drinks on every table



Apotheek
De Baandert

Uitdeelpost
Overhoven-Hoogveld

Tel.: 046 - 4525499
E-mail: apobaandert@ezorg.nl



Parochie Heilig Hart Overhoven

H.Mis: Zon- en feestdagen **11.00** uur

Parochiecentrum: Geldersestraat 37 • 6136 AS Sittard

Telefoon: 046-4583023

Geopend: dinsdag t/m vrijdag van 10.00 tot 12.00 uur

Pastoor-Deken: Mgr. Deken R. Merckx, 046-4512275

Kerkbijdrage: ING bank: NL37 INGB 0001 0353 14 of

Rabobank: NL60 RABO 0147 635594 t.n.v. Parochie H. Hart - Sittard

- E-mail: parochieoverhoven@gmail.com
- Info over parochie H. Hart Overhoven, kerkberichten en een overzicht van de H. Missen: www.parochieoverhoven.jouwweb.nl
- Aanmelden **digitale versie** parochieblad: digitaalparochieblad@gmail.com
- Facebook-pagina: KERK OVERHOVEN
- Livestream van de H. Mis, ga naar: parochieoverhoven.jouwweb.nl/livestream en klik op het kopje livestream

Gemeenschappelijke Ziekenzalving 16 oktober

Op zondag 16 oktober om 11.00 uur is er in de parochiekerk H. Hart Overhoven een Heilige Mis met ziekenviering voor kracht en steun. Iedereen die, op een of andere manier, kracht wenst te ontvangen in dit samenzijn, nodigen wij van harte uit voor deze viering met mooie teksten, gedichten en zang.

Na afloop is er een gezellig samenzijn in het parochiezaaltje met koffie en vlaai.

Voor degenen die dit wensen is er ook de mogelijkheid om tijdens deze Heilige Mis de Ziekenzalving te ontvangen. Indien u dit wenst vragen wij u vriendelijk om dit kenbaar te maken, vóór 12 oktober, door contact op te nemen met Leni Bosman via email PAROCHIEOVERHOVEN@GMAIL.COM of telefonisch 06-53120088. Er wordt dan contact met u opgenomen en u ontvangt dan verdere informatie.

Iedereen is welkom voor deze speciale Heilige Mis, ongeacht of u wel of niet de ziekenzalving wilt ontvangen.

Zo was het vroeger!



Inwijding van onze kerk!

Er was nog een aparte preekstoel waar nu het Mariabeeld staat. Foto uit het archief van Ptr. Jacques Schreurs die toen kapelaan was in onze kerk. Ptr. Schreurs is bekend van de boeken van "De Herdershond" en ook van Spel der Heiligdomsvaart, dit jaar weer opgevoerd in Susteren. De Passiespelen in Tegelen waren ook lange tijd van de hand van Ptr. Schreurs.



Jezus gaf zijn leerlingen de opdracht om overal waar zij kwamen de zieken de handen op te leggen. Het was een teken van grote genegenheid en bescherming voor hen die het moeilijk hadden door ziekte. Het sacrament van de zieken is een voortzetting van de opdracht van Jezus aan de geloofsgemeenschap.

Wanneer kun je vragen om het sacrament van de zieken te mogen ontvangen?

Wanneer je gezond bent, besef je vaak niet dat je je leven niet in eigen hand hebt. Pas als je ernstig ziek blijkt, ontdek je hoe klein en kwetsbaar je bent als mens. Je bent je eigen leven niet zeker. In zulke omstandigheden is het goed om te ervaren dat God je niet in de steek laat. Hij houdt je vast en geeft je kracht.

Veel mensen voelen zich dan op zichzelf terug geworpen. Het is alsof je langs de kant van het leven staat. Ook heb je veel tijd om na te denken. Ook minder prettige herinneringen kunnen beslag op je leggen. Door de ziekenzalving voel je je opnieuw verbonden met de gemeenschap. En ook wordt je innerlijk weer een gaaf en nieuw mens.

De handoplegging door de priester en de zalving met de gewijde olie, het gebed van degenen die om je heen staan, is een teken van je vertrouwen op God en van zijn liefde van wie niets je kan scheiden. Het kan je helpen om met je ziek zijn om te gaan. Misschien worden innerlijk krachten gemobiliseerd om te herstellen.

Er hoeft nog geen sprake te zijn van een echt terminale fase. Er mag ook hoop zijn op herstel of een minder hectische periode. Het sacrament van de zieken is dan ook beslist niet alleen bedoeld voor oudere mensen.

De Rozenkrans



Wie van u weet nog wat een rozenkrans is? Soms zie je hem nog wel eens aan de wand als versiering hangen. Of het wordt als een sieraad om de hals gedragen. Maar het eigenlijke gebruik hiervan gebeurt slechts door weinigen.

De rozenkrans is een gebedssnoer, die in de katholieke kerk gebruikt wordt om te bidden. Volgens de legende was het Maria, de moeder van Jezus, die de rozenkrans gaf aan St. Dominicus in het jaar 1214. Dominicus was een

tijdgenoot van St. Franciscus. Hij stichtte de Orde der Predikheren: de Dominicaanse kloosterorde. Hij stichtte ook een klooster voor vrouwen. De zusters die momenteel het klooster aan de Gelderse straat bewonen behoren ook tot deze orde. In het front van de St. Michielskerk (Paterskerk) in Sittard staat deze overgave van de rozenkrans afgebeeld. Een andere afbeelding is te vinden bij het Maria-altaar in de St. Jozefkerk in Meers. (afb. rechts)



Reeds in het 'oude verbond' bestond een herhalingsgebed, als lofprijzing, dank- en smeekgebed,



Verwarm uw huis elektrisch met een warmtepomp

AIRCO SERVICE SITTARD
Cortenbachstraat 3

T: 06 18 16 12 67
@: info@aircoservicesittard.nl
www.aircoservicesittard.nl

VAKGARAGE AUTO MOONEN

SLECHTS € 39,95 BIJ ONDERHOUD AAN UW AUTO

COMPLETE PECHHULP

- PECHHULP IN NEDERLAND
- PECHHULP IN EUROPA
- HULP IN UW WOONPLAATS
- VERVANGEND VERVOER
- CARAVAN & AANHANGWAGEN
- SNEL TER PLAATSE

U bent bij ons aan het juiste adres voor :

- Onderhoud & reparatie
- APK
- Banden
- Airco
- Schadeherstel
- Occasions

LANGS DE HEIJ 9 | 6136 KR SITTARD | T (046) 45 17 548
WWW.VAKGARAGEAUTOMOONEN.NL

FRITURE OVERHOVEN
Peter Heistraat 48
06-20 29 14 47

adams
BINNEN- EN BUITENZONWERING
WONING EN PROJECTSTOFFEERDER
KASTELENWEG 30, 6136 BJ SITTARD
T: 046 4524766 M: 06 108 36 267
WWW.THEIADAMS.NL

INMIDDELS VERTROUWD

APOTHEEK LIMBRICHTERVELD

Winkelcentrum Limbrichterveld, Dempseystraat 34-36, 6135 CH Sittard
tel. 4528099 www.apotheeklimbrichterveld.nl
Geopend maandag t/m vrijdag van 8.30- 18.00 uur,

Buiten de openingstijden kunt U terecht bij de OMC dienstapothek aan het Dr. H van der Hoffplein 1 te Sittard, tel. 4105426

het zogenaamde 'psalterium' van David. Later werd dit het koor-gebed voor priesters en monniken. Door de psalmen te vervangen door het "Wees gegroet" werd het voor gelovigen die niet konden

lezen makkelijker om de rozenkrans te bidden en zo hun geloof op deze manier te belijden. Dominicus kreeg de rozenkrans om hiermee te 'vechten' tegen alle ketterijen in die tijd. Tevens gag Maria hem de opdracht de rozenkrans te verspreiden onder de gelovigen en hen te leren hoe ze de rozenkrans konden bidden. De rozenkrans is een vorm van gebed waarin we de voorspraak van Maria vragen. Via Maria kunnen wij Jezus beter leren kennen, omdat zij dicht bij Hem stond en Hem als geen ander kende.



Oktober, rozenkransmaand

Op 7 oktober 1571 vond de 'Slag bij Lepanto' plaats. Toen de Ottomanen Cyprus binnenvielen trokken de christelijke staten ten strijde. Inzet van de strijd was de beheersing van het oostelijke Middellandse zeegebied. Aan christelijke zijde werd de overwinning toegeschreven aan het bidden van de rozenkrans door zowel het niet-strijdende volk als de krijgsmacht. Na de slag stelde Paus Pius V officieel op 7 oktober een feestdag in als gedachtenis van de overwinning op de Ottomanen. Sindsdien geldt de maand oktober als rozenkransmaand in de Rooms-Katholieke Kerk.

MEER WETEN? [HTTPS://WWW.KATHOLIEKEVESTING.NL/DE-ROZENKRANS/](https://www.katholiekevesting.nl/de-rozenkrans/)
Ook in deze oktobermaand wordt er in onze Mariakapel op donderdag de rozenkrans gebeden. Loop eens binnen en probeer mee te doen. Een kaarsje opsteken in de 'Memoriakapel' is dan ook mogelijk.

Os maedje oet Euverhaove moet u deze keer helaas missen. Ze is op vakantie. Als er genoeg kaarsjes voor haar behouden thuiskomst gebrand zijn, dan zal ze de volgende keer u weer deelgenoot maken van haar grote en kleine belevenissen.

Handwerken in Wijksteunpunt Gelderhof

Begin 2022 zijn wij als buurtinitiatief een handwerkgroep gestart op de eerste zaterdag van de maand van 10-14:30 uur in het Wijksteunpunt Gelderhof. Deze activiteiten staan ook vermeld op de agenda van het Wijksteunpunt in dit wijkblad.

De intentie is om op regelmatige basis gezellig samen een paar uurtjes te quilten, haken of breien. Inmiddels bezoekt een groep van 10-20 dames deze bijeenkomsten en hebben wij besloten om (bij voldoende animo) deze activiteit ook op de derde zaterdag van de maand aan te bieden.

WIJKSTEUNPUNT Gelderhof

Algemeen Programma

Maandag
09.30u-11.30u **SOCIAAL PLEIN**
Voor vragen over (mantel)zorg, inkomen, de buurt, vrijwilligerswerk, eenzaamheid, opgroeien, opvoeden etc.

10.00u-12.00u **Ontmoeting**
14.00u-16.00u **Kaartmiddag**
10.00u-11.00u elke 1^e maandag v.d. maand
Spreekuur wijkverpleegkundige Zuyderland Extamuraal Zorg

Dinsdag
10.00u-12.00u **Internetcorner / Ontmoeting**
Voor vragen over het gebruik van laptop, tablet, iPad of telefoon.

13.30u-16.00u **Schilderen**
dinsdag in de even weken

Woensdag
09.30u-12.00u **Yoga & Pilates**
18.30u-21.00u **Ontmoeting in de avonduren**
1e en 3e woensdag: **K.B.O.**
2e en 4e woensdag: **Sjoelen**

Donderdag
14.00u-16.30u **Kienen**

Zaterdag
10.00u-15.00u elke 1^e en 3^e zaterdag v.d. maand
Handwerken
Quilten, breien, haken enz.

contactpersoon van deze activiteit: Esther Mulleners - Tel.: 06 54 94 03 03
Meer informatie?
Tel. Lotte Bego: 06-82 04 80 93
E-mail: lotte.bego@piw.nl
- Wijksteunpunt Gelderhof, Gelderhof 1 Sittard -

Quilten is het werken met snijden en naaien van stofjes, dit kan met de hand of de machine. Vaak wordt dit ook gecombineerd met borduren.

De bedoeling is dat iedereen aan het eigen project werkt, maar het is natuurlijk de uitgelezen kans om nieuwe technieken te leren of ideeën op te doen.

Daarnaast zijn er altijd dames met veel ervaring aanwezig die graag helpen om beginners of mensen met vragen verder te helpen. Op dit moment zijn de quilters in de meerderheid, maar breien en/of haken hoort er zeker bij. Er zijn ook dames aanwezig die op dit vlak kunnen helpen. Dit is niet op basis van echt lesgeven maar wel ondersteuning. Als er voldoende interesse is om les te krijgen dan hoort dit wel tot de mogelijkheden. Er kunnen dan tegenvergoeding workshops georganiseerd worden om de kneepjes van het vak te leren. Als workshop kunnen ook speciale projecten als het maken van een tasje of een mini-quilt aangeboden worden.

Het uitgangspunt van de bijeenkomsten moet laagdrempeligheid en gezelligheid zijn, iedereen kan en mag meedoen. Jong of minder jong, beginner of ervaren, iedereen is welkom. Er wordt geen vaste bijdrage voor de bijeenkomsten gevraagd, de consumpties (koffie, thee en fris) zijn verkrijgbaar tegen € 1,00.

Graag nodigen wij buurtgenoten die graag handwerken of dit willen leren uit, om op een van deze zaterdagen eens een kijkje te komen nemen. Spreek gerust een van de dames op de groep aan bij vragen. Op de Facebookgroep en de Whatsapp groep Limburgse Quilters houden wij elkaar op de hoogte van de bijeenkomsten en delen wij foto's.

Let op! In verband met een wijkactiviteit is het wijkcentrum in Oktober op de eerste zaterdag bezet, de Oktober handwerkbijsamenkomsten zijn daarom gepland op 8 en 22 Oktober.

Fit & MIND

SPORTEN IN GROEPSVERBAND

Pilates, Yoga, Spinning, XCORE,
Power pump,
Body fit, Mannenuurtje 60+

- ✓ Kleinschalig
- ✓ Persoonlijke begeleiding
- ✓ Gezellige ambiance
- ✓ Kwaliteit

Waar?

Geerweg 2, 6135 KC SITTARD
Telefonisch aanmelden?
06-51243827
www.fitandmind.nl

Loop eens binnen en doe mee aan
een gratis proefles!

MOONEN NOTARISSEN SITTARD

NOTARIS MR. A.G.M. MOONEN

Agricolastraat 75
6131 JW Sittard
046-2030600
sittard@moonen-notarissen.nl

**Zeker de lezers van
Wijkblad Overhoven
zijn wij graag van dienst!**

Multigroen Denny

veelzijdig in groen



0613117339

Graafwerkzaamheden - Machinistenverhuur
Bestratingen - Bomen rooien - Tuinaanleg
Denny Jessen
Graetheide 1, 6135 KP Sittard



Dierenkliniek "Si - tard"
Heistraat 39, 6136 BA Sittard
Behandeling uitsluitend op afspraak
Tel: 06 - 10 23 53 24

fysiosittard

Baandert
Henri Weltersstraat 72
6136 KE Sittard

Fitland
Milaanstraat 115
6135 LH Sittard

Contactinfo
046 - 451 3965
info@fysiosittard.nl
www.fysiosittard.nl

Halloween



Hallo Allemaal,

Het is weer bijna HALLOWEEN

Na het succes van voorgaande jaren, kunnen we dit jaar natuurlijk niet achterblijven.
Dus zal de Halloweenocht in de wijk Overhoven plaats vinden op:

Zaterdag 29 oktober 2022 van 18.00 uur tot 20.30 uur!

Je loopt met je gezin en/of vriendengroep verkleed met verlichte lampionnen door de wijk.
Op zoek naar mooie, leuke, of enge Halloween ramen / tuinen / huizen waar een snoepje, koekje, of fruit te krijgen is door aan te bellen aan de deur of doordat het vooraf al is klaargezet.

Misschien zijn er ook weer mensen in de wijk die niet houden van versieren voor Halloween maar die het wel leuk vinden om de kindjes aan de deur te trakteren op een snoepje, koekje of een stukje fruit. Ook deze mensen mogen zich aanmelden om mee te doen!

Nog leuker zou het zijn als er net zoals vorig jaar, nog meer mensen mee willen doen om de Halloween tocht sprekiger te maken. Door bijvoorbeeld je aan te melden als scare-actor op jouw adres, een plek in de wijk, of al dolend door de wijk.

Meedoen?! Leuk!! stuur mij een e-mail (SABINETHOLEN@GMAIL.COM) vóór 26 oktober met straat en huisnummer en vermeld hierbij hoe je deelneemt:

Optie 1 is: met versierd raam, tuin, huis of / en iets lekkers aan de deur

Optie 2 is: alleen iets lekkers aan de deur.

Optie 3 is: als scare-actor. Ik vermeld op de kaart waar je te vinden bent.



Ik maak een kaart van de wijk met deelnemende adressen en zal deze in de groep publiceren op 29 oktober in de ochtend.

Deel dit bericht bij scholen, winkels in de wijk, andere Facebookpagina's (Ons mooie Overhoven en - Zittesje aktiviteite en Zo) en verenigingen. Hoe meer deelnemers hoe leuker de tocht!

Laten we er met z'n allen weer een leuke avond van maken!



Kopij volgend wijkblad inleveren voor 25 oktober 2022

bij dhr. J. van Eijk, Walborgstraat 3
E-mail: wijkbladoverhoven@hotmail.com

Advertenties bij dhr. G. Voet, Rolandsweg 2
Het volgend wijkblad verschijnt op 11 november

Als redactie zijn we niet aansprakelijk voor de inhoud van de ingezonden stukken. Dat valt onder aansprakelijkheid van de persoon die het stuk ingestuurd heeft.

Ook behouden we ons het recht voor om stukken aan te passen qua vorm of in te korten als daardoor het wijkblad beter tot zijn recht komt.

Aope lóch monument

Hie in Euverhaove, dat bie Zittert lik
Gans awd en vervalde, ónger de klimop
Ein boerderie, me zich dao de ouge oet kik
Sjuur al ingevalle, dit wurte neit gesjtop

Dat zoget noe nog kènt, is neit normaal
Veur 't dörp is gein gezich, zuut neit oet
Mót eesj get gebeure, meh dan is 't te laat
Ze wone neit in die brak, is ein laeg hoes

De klimop, hilt hie deze kraom nog bieein
Wurte nog gewach, kènt 't zo wieer gaon?
Duurt gein jaore mee, vilt 't vanzelf inein
Ein monument, te sjlech óm te laote sjaon

Wanjelendtaere, ze hie gaw langs loupe
Ze laote 't meh ligke, in 't dörp hie baove
Aope lóch muzeum, zal zoget neit koupe
Dit vintj me allein nog, hie in Euverhaove

JAN NIELING



M.H en T Klussenbedrijf

Tuin: Aanleg, Ontwerp, Onderhoud, Schilderen, Metselen, Voegwerk, Bouw, Renovatie, Verbouw, Lassen, Electra, Bestratingen, Keukens, Badkamers, Verhuizingen.

Uw adres voor alle grote en kleine verbouwingen.

E-Mail: mht@ziggo.nl

Telefoon: 046 - 452 12 18 / 06 - 20 08 06 99
Website: www.klussenbedrijfmht.nl
Facebook: M.H. en T
Facebook: M.H. en T klussenbedrijf

M.H en T Steigerhout

Zitbanken, Loungebanken, Tafels, Statafels, Stoelen, Bloembakken, Zuilen, Tuin-rekjes, Vogelhuisjes, Deco-wandborden (incl. tekst) Lampen, Kerstbomen, Paaseieren, Hartjes. En heel veel meer...

Uw adres voor alle steigerhout producten volgens uw wensen op maat gemaakt.

Gratis prijsopgave vooraf

Kindercentrum Overhoven

Dé Natuurlijke Kinderopvang

- ☼ Dagopvang, voor- en naschoolse kinderen
- ☼ Huiselijk warm, rust, gezellige sfeer
- ☼ Pedagogisch verantwoorde opvang
- ☼ Leeftijd vanaf 6 weken tot 12 jaar



- ☼ Speelopvang mogelijk in de ochtenden
- ☼ Biologische maaltijden en fruit
- ☼ Kinderyoga en muzikles
- ☼ LRK: Hele dag opvang: 122456713
BSO: 16442223

www.kindercentrumoverhoven.nl

info@kindercentrumoverhoven.nl

Overhoven 123, 6136 EC Overhoven

maandag t/m vrijdag van 7.30 tot 18.00 uur

Lexello

business administration consultancy

Boekhouding – Administratie – Vastgoedbeheer
Uw administratie in vertrouwde handen

Thorbeckestraat 1 6136 DC Sittard
T: 046-2048840 M: 06-54940303
info@lexello.nl www.lexello.nl

SCHILDERSBEDRIJF JOCHEM BOSHUIS

Voor al uw binnen- en buitenwerk

Kromstraat 60

6133 AC Sittard

Tel: 046-4587996

DAKWERKEN

Sittard JOHN GEILEN



06-53667219
046-7370088

info@dwjg.nl
WWW.DWJG.NL

Verlengde Heinseweg 5
6136 AP Sittard

POLKS
Praktijk omtrent lichamelijke klachten door stress
U vindt bij mij een andere kijk op uw ziekte en een nieuwe aanpak van uw klachten

Marjan Lebon
06-38497674 Psychosomatisch Arts n.p.
www.polks.nl Mr.sc. Mental Health
marjanlebon@polks.nl Psychodrama professional

Neem contact op voor een vrijblijvend en kosteloos gesprek

Kattebelletje

DE GEVOLGEN VAN HYPERVENTILATIE

Bij een hyperventilatieaanval heb je haast het gevoel dat je dood gaat. Je hart doet raar en je hebt het gevoel te stikken. Daar word je dus stervensbang van. Als je echter naar de dokter gaat kan die helemaal niets vinden. Dat is logisch. Je lichaam is gezond. Er is sprake van overaanpassing. Je bent bang en daar reageert je gezonde lichaam op. Het maakt zich klaar om weg te sprinten met o.a. snelle ademhaling en een snelle hartslag. Allemaal erg verwarrend dus. Het gevolg is dat je nog banger wordt. Een vicieuze cirkel.

Als je daar zelf niet echt mee te maken hebt lijkt het allemaal niet dramatisch. Degene die er last van heeft weet echter wel beter.

Toen ik er naar vroeg wat de gevolgen zijn zei iemand:

Het ergste is de kassa. Dat zegt iedereen die ik er over spreek.

Je loopt naar de kassa in de supermarkt en je bent al aan het kijken. Hoeveel mensen staan er? Waar kan ik het beste aansluiten? Gaat het me dit keer lukken of zal ik toch maar aan mijn partner vragen of hij bij de kassa gaat staan? Ik wil me er wel over heen zetten, de overwinning behalen op mezelf. Maar wat als ik nu toch weer benaauwd word. Dan kan ik daar niet weg. En hup daar is de angst weer. Nee ik moet het omzetten in mijn hoofd. Ik kan dit en ik wil het ook. En nu maar hopen dat alles vlotjes verloopt aan de kassa. Als ik dan buiten kom heb ik tenminste niet van die bibberbenen. Dan kan ik tegen mezelf zeggen: Yes, ik heb het weer gedaan.

En leg dat maar eens uit aan iemand die gewoon vrolijk even een potje mayonaise gaat halen bij de supermarkt. Knap lastig.

Naar een restaurant gaan. Ook zoiets. Het moet niet te vol zijn met veel drukte en lawaai. Als ik er zit moet ik dicht genoeg bij de uitgang zijn zodat ik indien nodig naar buiten kan lopen. Een parkeergarage onder de grond is ook niet echt een prettig idee.

Op straat lopen is ook angstig. Je kunt zomaar ook weer van die bibberbenen krijgen en angst krijgen om te vallen. En als je dan geluk hebt is er een lantaarnpaal om je aan vast te houden.

Een stukje fietsen op een vaste route is oké, maar liever niet verder. Natuurlijk geeft dit ook veel schaamte. Je wilt zelf heel graag alles kunnen zoals een ander. En je lichaam is gezond. Het is de angst die je zo'n parten speelt. Maar de buitenwereld begrijpt het niet en vindt het mogelijk ook gewoon lastig. Ik heb besloten om open kaart te spelen en het gewoon aan iedereen te vertellen. Wat ze er mee doen moeten ze maar zelf weten.

Tenslotte een voorbeeld om een beetje inzicht te geven in de consequenties. Oppassen op de kleinkinderen is een feest samen met de partner. Maar als de partner een keer niet kan. Ja helaas dan houdt het op. Want voor jezelf is het onmogelijk om daar naar toe te gaan. Zo jammer!

De Kinderhoek

Hallo Allemaal

Ik schrijf al een tijdje voor dit blad en vond dat erg leuk. Soms vond ik dat ook lastig omdat ik niet goed wist waarover ik iets moest schrijven. Nu ga ik dan ook weer hele andere dingen doen en misschien, wie weet, komen we elkaar nog tegen.

Ik ben nu begonnen op de middelbare school en het stoppen met de basisschool vond ik best heel lastig. Na zo veel jaren en zo gewend aan alles op de basisschool, sta ik daar ineens met mijn enorm grote schooltas op een enorm grote school. Met enorm veel kinderen. Het liefste was ik meteen weer terug naar huis gegaan...

Maar ik ben gebleven en eigenlijk ging het heel erg goed. Op de 1e dag hebben wel elkaar leren kennen op school en meteen op dag nummer 2 gingen we met z'n allen op kamp. Ook dat vond ik spannend. Maar ik ben gewoon gegaan en dat was maar goed ook.

Ik ben nu 12 jaar en soms voel ik mij nog klein, maar nu voel ik mij steeds vaker ook echt wel groot.

Het is tijd om verder te gaan.

Ook met het schrijven van deze stukjes.

Maar misschien kom ik nog eens terug, wie weet 😊

Aan alle lezers: heel veel geluk en nog heel veel leesplezier.

GROETJES AIDA

Aida heeft in de afgelopen jaren voor leuke bijdragen gezorgd in de Kinderhoek. Aida bedankt en veel succes in het voortgezet onderwijs.

.....



fien en pien gaan naar het strand.

fien zegt: dan gaan wij alleen en pien zegt: ja.

en ze gaan naar het strand als ze bij het strand zijn zegt

fien: gaan we zwemmen? en pien zegt: oké.

en ze gaan zwemmen.

als ze klaar zijn met zwemmen gaan ze een ijsje eten.

en als ze het ijsje op hebben gaan ze weer zwemmen.

en dan gaan ze naar huis (thuis) fien zegt: het was leuk he.

ja zegt pien.

en dan gaan ze het kikkervisje voeren.

en dan gaan ze naar bed.

einde

SCHRIJVERS: LISA KENZELER EN YUNA VAN EEKELN

Lisa en Yuna bedankt voor jullie bijdragen aan de Kinderhoek. We zullen de spannende verhalen over Pien en Fien en de eenhoorn gaan missen.



CREMERS

Ramen & Deuren

GEZOCHT:
ERVAREN MONTEURS KUNSTSTOF KOZIJNEN

(046) 4 522 965 - Dr. Nolenslaan 134b - **SITTARD**
www.cremers-ramen.nl



PIANOLES

ANKIE DORMANS
Pianodocente

Beekstraat 28
6136 EK Sittard

0(031)610634349
a.dormans@hotmail.com
www.pianoles-sittard.nl

GOJO MULTISERVICE

bestratingen tegelwerken badkamers
renovatie bijbouw sanitair elektra
tuinonderhoud etc.

GOSWIN FIJEN

Tel: 06-51505171

Aan het Broek 41
6137 TJ Sittard

E-mail: gojo.multiservice@kpnmail.nl
Web: www.gojomultiservice.nl



Schoonheidssalon Michelle

Het adres voor professionele
schoonheidsbehandelingen

Gezichtsbehandelingen
Pedicure
Massages
Harsen
Gellak
Wimperextensions
Lash Volume Lifting

Boek gemakkelijk je afspraak online op
www.schoonheidssalonmichelle.nl

Michelle Smit
Verlengde Heinseweg 32, 6136 AR Sittard
Tel.: 0652233656

Rousseau
CHOCOLADE

Altijd puur genieten

www.rousseau.nl

Snel Drukkerij Pasklaar

Voor Verantwoord
Drukwerk en
Printwerk

nu ook voor het printen tot formaat 33 / 100 cm

annemie koenen / sjef ramakers
overhoven 71 • 6136 eb sittard • tel.: 046 - 420 01 25
email: info@drukkerijpasklaar.nl • www.drukkerijpasklaar.nl