

# Wijkblad Overhoven



JAARGANG 50 | NUMMER 6 | OKTOBER 2023 | WWW.WIJKBLADOVERHOVEN.NL

Eric Hermans over Niet Aangeboren Hersenletsel

## LEVENSVERHALEN

Een tijdje geleden stond er een interessant interview in De Limburger met een medebewoner van Overhoven te weten Eric Hermans. Eric houdt zich al jaren bezig met Niet Aangeboren Hersenletsel. Die term geeft aan dat mensen problemen krijgen met het functioneren van hun hersenen bijvoorbeeld denken, concentratie, emoties of goed kunnen zien of horen door bijvoorbeeld een hersenschudding, een hersenvliesontsteking, een operatie aan de hersenen enzovoort.

Het artikel ging over een behandeling in Utah in de Verenigde Staten van Amerika voor mensen die heel lang last hebben van de gevolgen van hersenschudding en hier in Nederland niet echt geholpen kunnen worden.

Voor ons als redactie reden om Eric op te zoeken om meer te horen van zijn verhaal.

Eric is getrouwd met Resi en heeft twee zonen en drie kleinkinderen. En beiden zijn redelijk verknocht aan Overhoven. Een goede zaak natuurlijk.

Hij heeft in Geleen op het toenmalige Michiellyceum gezeten en is daarna in Nijmegen sociologie gaan studeren. Uiteindelijk koos hij voor de richting medische sociologie. Daar kreeg hij met name colleges van een leuke professor. Vooral het feit dat dit een hele gewone man was, sprak Eric erg aan.

### Carriere

Vervolgens ging hij lesgeven aan de Sociale Academie en aan verpleegkundigen in het Barbaraziekenhuis in Geleen, wat hij tot zijn 39e gedaan heeft. Hij had er plezier in en zijn leerlingen ook.

Toe aan een nieuwe uitdaging ging hij zich meer bezighouden met de beleidskant van de zorg. Hij ging werken bij het Nederlands Instituut voor Gezondheidszorg en Welzijn.

Rond zijn vijftigste ging hij promoveren in de gezondheidswetenschappen. Dokter Anten, voormalig neuroloog in Sittard, gaf hem de mogelijkheid ruim 200 mensen 2 jaar te volgen die een herseninfarct hadden doorgemaakt.

Eric interviewde verschillende hulpverleners o.a. de huisarts, de verpleeghuisarts, de gezinsverzorging, de medewerker van het Groene Kruis etc. Hij vroeg hen, wat hun inschatting was hoe deze mensen na twee jaar zouden functioneren. Vervolgens bezocht hij de patiënten een paar keer in die twee jaar.

Dat leidde tot een aantal, ook wel verdrietige conclusies.

Veel mensen blijven te lang in het verkeerde bed. Ze moeten eigenlijk revalideren maar er is geen plek in het revalidatiecentrum. Slecht voor de patiënt en slecht voor het ziekenhuis.

Volgens professor Ribbers, revalidatiearts in het Erasmusziekenhuis, krijgt één op de tien patiënten de revalidatie die hij nodig heeft.

Tegenwoordig zijn er wel zogenaamde CVA(herseninfarct)-ketens. Dat zijn groepen van behandelaars (fysiotherapeut, revalidatiearts, etc) die samenwerken in de behandeling.



**Rousseau**  
CHOCOLADE

Altijd puur genieten

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

**adams**

BINNEN- EN BUITENZONWERING  
WONING EN PROJECTSTOFFEERDER

KASTELENWEG 30, 6136 BJ SITTARD  
T: 046 4524766 M: 06 108 36 267  
[WWW.THEIADAMS.NL](http://WWW.THEIADAMS.NL)

INMIDDELS VERTROUWD

## APOTHEEK LIMBRICHTERVELD

Winkelcentrum Limbrichterveld, Dempseystraat 34-36, 6135 CH Sittard

tel. 4528099 [www.apotheeklimbrichterveld.nl](http://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

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



**houben**  
FYSIOTHERAPIE

Overhoven 103a Sittard T 046 - 451 26 11 E [info@houbenfysiotherapie.nl](mailto:info@houbenfysiotherapie.nl) W [www.houbenfysiotherapie.nl](http://www.houbenfysiotherapie.nl)

Er is echter nog heel wat verbetering mogelijk. Eric werd tijdens zijn werk behoorlijk geraakt door de levensverhalen van de patiënten waar hij mee in contact kwam. Hij nam zich voor om na zijn pensioen te gaan schrijven. Vooral twee groepen van patiënten hebben zijn hart geraakt: kinderen met ernstig hersenletsel en mensen met lange termijn gevolgen van hersenschudding. Zo zijn er twee boeken ontstaan.

### Boeken

In zijn eerste boek "Over het hoofd gezien" beschrijft hij hoe heftig de gevolgen zijn als een kind met name op jonge leeftijd hersenletsel krijgt.

De druk op het gezin is enorm met alle gevolgen van dien, zoals bijvoorbeeld spanningen tussen de ouders en minder aandacht voor de broertjes en zusjes.

Maar natuurlijk met name het kind zelf heeft grote problemen bijvoorbeeld met leren en concentratie. Het heeft ook veel meer kans op verslaving, gevangenisstraf en zelfs zelfdoding dan het gemiddelde Nederlandse kind.

Daarbij wordt het ook nog vaak niet herkend, wat de last natuurlijk nog groter maakt.

Eric vertelde dat iedere behandelaar een patiënt heeft die hem altijd blijft. Zo verging het ook Wilco Peul, een neurochirurg, waar hij veel mee heeft samengewerkt. Hij bezocht een jonge patiënt die hij geopereerd had na een ongeval met hersenletsel als gevolg. Hij dacht: "Ik heb mijn ding gedaan, het zal verder wel goed komen."

Niets was echter minder waar tot zijn ontsteltenis.

### Hulp voor langdurige gevolgen van hersenschudding in Utah

Dan komen we langzamerhand bij het boek dat de aanleiding was voor het artikel in De Limburger, 'Hersenherstel in Utah'.

Veel mensen maken in hun leven een hersenschudding mee door bijvoorbeeld een val of een botsing.

80 % geneest binnen drie maanden. Is dat niet het geval dan spreken we van een Post Commotioneel Syndroom (PCS).

Bij dat syndroom kunnen zich klachten voordoen als overgevoeligheid voor prikkels van licht en geluid, bijvoorbeeld altijd een zonnebril op moeten, moeite met diepte zien (traplopen) heftige vermoeidheid na de kleinste activiteit, concentratiestoornissen, hoofdpijn, duizeligheid etc.

De patiënten, die tevoren normaal konden functioneren hebben daar verschrikkelijk veel last van. Sommigen genezen na een tijd, anderen genezen niet. Ze kunnen niet

meer werken, niet voor het gezin zorgen, niet meer op vakantie. Daarbij is er niets aan hen te zien, waardoor er heel weinig begrip is. Een enorme inbreuk op de levensvreugde dus.

Het probleem is dat de schade hier in Nederland met de gebruikelijke apparatuur, een zogenaamd structureel MRI-apparaat niet zichtbaar gemaakt kan worden. Daarbij maakt de computer foto's van de hersenen met behulp van magnetisme.

Daarnaast is hier ook geen geschikte therapie beschikbaar.

Uiteindelijk gaat de helft van de patiënten na een tijd wachten revalideren.

Dat betekent alleen maar dat men leert omgaan met zijn beperkingen en niet dat je geneest.

Mensen zijn er wel blij mee, maar leveren uiteraard een heleboel gezondheid en activiteit in.

Eric heeft zich in zijn werk altijd internationaal georiënteerd en daardoor kwam hij een paar jaar geleden in contact met een privékliniek in Utah voor de behandeling van mensen met langdurige gevolgen van hersenschudding genaamd Cognitive FX.

De behandeling is behoorlijk duur, maar veel effectiever.

Eric beschrijft in zijn boek dan ook de lotgevallen van een aantal mensen die de stap genomen hebben om naar Utah te gaan.

Er is daar een sfeer van vriendelijkheid en vertrouwen en eerlijke voorlichting.

Men beschikt over een specifiek functioneel MRI-apparaat (meet het functioneren van de hersenen).

Terwijl de patiënt in de machine ligt moet hij allerlei taken uitvoeren bijvoorbeeld sommen maken of dierennamen met een bepaalde letter opnoemen. Dan blijkt dat er naar bepaalde delen van de hersenen te veel of te weinig bloed gaat.

De behandeling bestaat er met name uit dat patiënten allerlei taken tegelijk uit moeten voeren waardoor het brein gedwongen wordt om ook het gebied dat niet optimaal functioneert weer te gaan gebruiken. Zo moet je bijvoorbeeld balans houden op een bal, intussen een bal overgooien en ook nog nadenken over een opdracht over bijvoorbeeld namen.

De therapie is heel intensief en duurt ongeveer een week. Vervolgens krijg je adviezen mee op het gebied van voeding en leefstijl en oefeningen om thuis uit te voeren.

Veel mensen worden door deze therapie tot hun grote genoegen veel en veel beter. Een heel belangrijk probleem is de samenwerking van de ogen en de verwerking van

het zien in de hersenen. Daarom wordt men vaak verwezen naar een neuro-op-tometrist. Eric heeft in zijn boek een lijst opgenomen van goede hulpverleners hier in Nederland.

Uiteraard trekken patiënten nog vaak aan de bel bij Eric. Hij vindt de gang van zaken in Nederland frustrerend. De therapie in Utah is nog niet wetenschappelijk bewezen en wordt daarom door verzekeraars niet vergoed.

"Maar", zegt Eric: "Er zijn wel meer therapieën niet bewezen. Er wordt in Nederlandse ziekenhuizen heel wat zorg verleend en betaald die helemaal nergens goed voor is. En ja, de behandeling in Utah is duur. Maar als je nadenkt over de financiële gevolgen van de langdurige klachten bij PCS, dan zijn die waarschijnlijk veel en veel groter. Voor de mensen zelf maar ook voor de maatschappij door ziektekosten, uitkeringen, verloren productiviteit etc, om nog maar te zwijgen van alle gemiste kansen van deze patiënten en het gemis aan levensvreugde van hen en hun gezinnen."

Dus vindt Eric: "Stel de therapie beschikbaar in Nederland en verplicht alle behandelde patiënten mee te doen aan onderzoek. Dan wordt vanzelf duidelijk of de therapie lonend is."

Dat lijkt ons ook een strak plan.

We wensen Eric heel veel succes met dit belangrijke werk.

Geïnteresseerden kunnen een kijkje nemen op de website van Eric:

[WWW.OVERHETHOOFDGEZIEN.NL](http://WWW.OVERHETHOOFDGEZIEN.NL)

Voor Eric is de natuur heel belangrijk voor de rust en de gezondheid van de mens en daarom is hij voorstander van het behoud van de natuur bij de Schwienswei. Samen met Resi wandelt hij er bijna iedere dag.





**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](http://www.schoonheidssalonmichelle.nl)

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



**Verwarm uw huis  
elektrisch met  
een warmtepomp**

AIRCO SERVICE SITTARD  
Cortenbachstraat 3

T: 06 18 16 12 67  
@: [info@aircoservicesittard.nl](mailto:info@aircoservicesittard.nl)  
www.aircoservicesittard.nl



**SLECHTS  
€25,-  
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
- ✓ Airco
- ✓ Schadeherstel
- ✓ APK
- ✓ Banden
- ✓ Occasions

LANGS DE HEIJ 9 | 6136 KR SITTARD | T (046) 45 17 548  
[WWW.VAKGARAGEAUTOMOONEN.NL](http://WWW.VAKGARAGEAUTOMOONEN.NL)

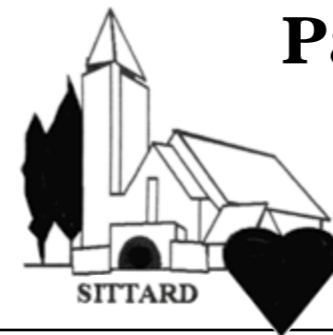


**Nieuw in  
Sittard - Overhoven**

Kapsalon voor Dames, Heren & Kids  
Alleen op afspraak

*Gespecialiseerd in knippen, kleuren  
en hoofdhuid problemen.*

Rijksweg Noord 179a  
06 48 54 22 07  
[info@mhairsittard.nl](mailto:info@mhairsittard.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. Merx, 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](mailto:PAROCHIEOVERHOVEN@GMAIL.COM)
- Info over parochie H. Hart Overhoven, kerkberichten en een overzicht van de H. Missen: [WWW.PAROCHIEOVERHOVEN.JOUWWEB.NL](http://WWW.PAROCHIEOVERHOVEN.JOUWWEB.NL)
- Aanmelden digitale versie parochieblad: [DIGITAALPAROCHIEBLAD@GMAIL.COM](mailto:DIGITAALPAROCHIEBLAD@GMAIL.COM)
- Facebook-pagina: KERK OVERHOVEN
- Livestream van de H. Mis, ga naar: [PAROCHIEOVERHOVEN.JOUWWEB.NL/LIVESTREAM](http://PAROCHIEOVERHOVEN.JOUWWEB.NL/LIVESTREAM) en klik op het kopje livestream

## Het is weer voorbij die mooie zomer

Tja, die zomer van 2023... Gaat die daadwerkelijk de boeken in als een mooie zomer? Is de zomer alleen maar mooi als je zonnig weer hebt gehad? Wat of wie bepaalt of een zomer mooi is geweest? Persoonlijk zou ik de zomer van 2023 willen typeren als een grillige zomer en dan heb ik het niet over grillen op de BBQ! In Nederland werd de eerste schoolvakantieweek met warm weer gevolgd door drie weken regen en wind, vervolgens door een redelijk droge week en een warme schoolvakantieweek tot besluit. Op tv (en als je pech had ook op je vakantieadres) zagen we hagelstenen zo groot als oliebollen, ondergelopen straten, modderstromen en aardverschuivingen, om over de politieke aardverschuivingen in Nederland nog maar te zwijgen. De ene na de andere politicus sprong op het droge om niet nog eens vier jaar lang een lawine aan kritiek, beledigingen en bedreigingen over zich heen te krijgen. September was dan weer uitzonderlijk warm, althans het gedeelte tot aan de deadline voor het inleveren van mijn stukje, maar ook in die maand deed de natuur genadeloos van zich spreken middels een verwoestende aardbeving in Marokko en de overstromingen in Libië die veel slachtoffers maakten.

**Ah, je dacht dat er geen einde  
aan kon komen.  
Maar voor je 't weet is heel die  
zomer alweer lang voorbij.**

Een grillige zomer, zoals ik al zei. Grillig, maar ook bruisend, ongeacht het weer. In stad en wijk was er van alles te beleven, weer of geen weer en vaak gratis, zoals de zondagmiddagactiviteiten 'Onger d'n Tore', evenementen op de Markt en in de winkelstraten, de altijd indrukwekkende Sint Rosa Processie en het Sint Rosa Festival daaromheen, Sittard Klassiek, Alternatief 'Sjottefees' voor de liefhebbers, Avondvierdaagse, wandelingen door de Geheime Tuinen van Sittard, de Open Monumentendagen en niet te vergeten het prachtige (gedeeltelijk) live spektakel Dagboek van een Herdershond, opgenomen o.a. op de Oude Markt en het Kloosterplein. Ook in de wijken van Sittard was er van alles te beleven. In Overhoven werden de festiviteiten m.b.t. het 100-jarig bestaan van onze parochie afgerond (zie apart overzicht op deze pagina), vond er een 'tropische' Garage Sale plaats en werd de maand afgesloten met een Buren en Jeugd Dag.

Ik zal vast wel wat vergeten zijn en sommige mensen zullen alleen al moe worden van de opsomming van al deze evenementen en de voorkeur geven aan rust. Wat ik maar wil zeggen is dat je de zomer en het leven mooi kunt maken naar eigen keuze: Met of zonder deelname aan activiteiten, met regen of met zon. Over activiteiten gesproken: Op naar een mooie herfst en naar de Oktoberfeesten en/of mooie herfstwandelingen en prachtige herfstkleuren! Het leven is mooi, als je er maar oog voor hebt.

*'Ein maedje oet Euverhaove'*

## Honderd jarig jubileum van de parochie

De festiviteiten rond het 100-jarig bestaan van onze parochie zijn inmiddels afgerond. We blikken terug op vele geslaagde activiteiten, waaronder de mooie jubileummis, de tentoonstelling, het bezoek van de paters MSC, het orgelconcert met de Schola Sittardiensis 'Sanctus Michael', kinderkoor 'The Voices of Kids', organist Ad Gijzels en enkele jonge

orgeltalenten. Verder waren er in september de Open Monumentendagen, waarbij u de kerk kon bezoeken. Er was een lezing over de paters MSC en nog een mooie sfeervolle Taizéviering. Als u nog eens wilt nagenieten middels verslagen en foto's, van alle activiteiten, bezoek dan onze website: [HTTPS://PAROCHIEOVERHOVEN.JOUWWEB.NL/JUBILEUM](https://PAROCHIEOVERHOVEN.JOUWWEB.NL/JUBILEUM). Tevens kunt u enkele activiteiten terugvinden via de livestream.



## Oktober: Rozenkransmaand

Oktober is in de RK-Kerk de maand van de Rozenkrans. Het bidden van de Rozenkrans stamt uit de 19e eeuw. Vóór het Tweede Vaticaans Concilie was het heel normaal dat de rozenkrans, of een deel daarvan ('rozenhoedje'), in katholieke huisgezinnen werd geboden. Na de sociaal-culturele wendingen van de jaren zestig raakte deze praktijk in onbruik. Toch wordt er nog steeds in onze parochie iedere woensdag om 19.00 uur in de Mariakapel de rozenkrans geboden. Nieuwsgierig? Beleef het een keer mee. U bent van harte welkom.

## Allerheiligen! Of toch Allerzielen?

Allerheiligen en Allerzielen zijn twee feesten die nogal eens door elkaar worden gegooid. Meestal als mensen Allerheiligen zeggen, bedoelen ze: Allerzielen. Gek is dat niet, want de twee dagen vallen pal achter elkaar op 1 en 2 november. En ze hebben eigenlijk ook alles met elkaar te maken. Alleen: Allerheiligen is een echte feestdag en Allerzielen is vooral een gedenkdag.

Met Allerheiligen staan we stil bij alle heilige mensen die ooit geleefd hebben en nu bij God in de hemel zijn. Het gaat dan niet alleen om degenen die door de Kerk officieel heilig verklaard zijn, maar ook - en misschien wel vooral - om al die heilige mensen die in de luwte hebben geleefd en waar niemand meer aan denkt. Maar dat maakt hen niet minder heilig. In de ogen van God is iedereen heilig die voorbeeldig - als een voorbeeld voor anderen - heeft geleefd.

De dag na Allerheiligen is het Allerzielen. Dan staan we stil bij alle mensen die gestorven zijn. Heel speciaal denken we dan aan familieleden, vrienden en parochianen die ons korter of langer geleden ontvallen zijn. We bidden nog eens extra voor hun zielenrust en bezoeken hun graven. Het is een moment om stil te staan bij de eindigheid van ons aardse leven en vooruit te kijken naar ons leven bij God. Wij herdenken onze overledenen op zondag 29 oktober a.s. om 11.00 uur tijdens de H. Mis.



*Allerzielen November huivert in klamme dagen.  
De zomer wordt gedooft en de winter is nakend.  
November raakt de rand tussen hier en de overkant.  
Naar die overkant gingen onze geliefden ons voor.  
Kleuren paars en wit symboliseren droefenis.*

*Klokken luiden en woordeloos verkondigen ze de pijn van het afscheid.  
Kaarsen branden als vlammeende getuigen dat sterven leven is.  
Bloemen, zachtjes bewogen door een grijze herfstwind, zeggen ons wat liefde is.  
Woorden, fluisterend gesproken om een mens die niet meer is.  
Dierbaren zijn gestorven, maar we weten en geloven dat deze mensen leven,  
dicht bij God.*



Apotheek  
**De Baandert**

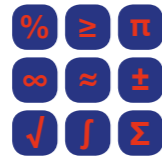
Uitdeelpost  
**Overhoven-Hoogveld**

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

**BIJLES/EXAMENTRAINING  
ENGELS & WISKUNDE SITTARD E.O.**



**Let  
Me  
Help!**



[www.let-me-help.nl](http://www.let-me-help.nl)  
Ineke van den Aakster-Kusters  
[info@let-me-help.nl](mailto:info@let-me-help.nl)  
06 - 81 56 25 69

Let Me Help Examentraining/Bijles Engels & Wiskunde Sittard

**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](mailto:info@lexello.nl) [www.lexello.nl](http://www.lexello.nl)

# Halloween



Hallo Allemaal,

Het is weer bijna HALLOWEEN

Na het succes van voorafgaande jaren, kunnen we dit jaar natuurlijk ook niet achterblijven. De Halloweenocht in de wijk Overhoven zal plaatsvinden op:

**Zaterdag 28 oktober 2023 van 18.30 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 Halloweenramen /-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. 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 spokerig te maken. Dit kan bijvoorbeeld door 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 pb op facebook of e-mail ([SABINETHOLEN@GMAIL.COM](mailto:SABINETHOLEN@GMAIL.COM)) vóór 27 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 op 28 oktober op de volgende facebookpagina's plaatsen: **Ons mooie Overhoven** en **Zittesje aktiviteite en Zo**. Deel dit bericht bij scholen, verenigingen, ondernemers in de wijk, en op andere Facebookpagina's. Hoe meer deelnemers, hoe leuker de tocht!

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

**WIJKSTEUNPUNT  
Gelderhof**



**Algemeen Programma**

<b>Maandag</b> 09.30u-11.30u	<b>SOCIAAL PLEIN</b> Voor vragen over (mantel)zorg, inkomen, de buurt, vrijwilligerswerk, eenzaamheid, opgroeien, opvoeden etc.
10.00u-12.00u	<b>Ontmoeting</b>
14.00u-16.00u	<b>Kaarten</b>
<b>Dinsdag</b> 10.00u-12.00u	<b>Internetcorner / Ontmoeting</b> Inloop voor vragen over het gebruik van laptop, tablet, iPad en gsm.
<b>Woensdag</b> 09.30u-12.00u 18.30u-21.00u 13.30u-16.00u	<b>Yoga &amp; Pilates</b> i.s.m. Ecsplora <b>Ontmoeting in de avonden</b> (deur open 18.15u) 1e en 3e woensdag: <b>K.B.O.</b> Voor leden KBO Overhoven
<b>Donderdag</b> 10.00u-12.00u 14.00u-16.30u	<b>Ontmoeting</b> <b>Kienen</b>
<b>Vrijdag</b> 12.30u-13.30u 14.00u-16.00u	<b>Line Dance</b> Beginners <b>Line Dance</b> Gevorderden Interesse in Line Dance? Bij minimaal 10 personen start een nieuwe beginnersgroep. Meld je aan bij Gelderhof. Deelname les € 3,-
<b>Zaterdag</b> 10.00u-15.00u	elke 1 <sup>e</sup> en 3 <sup>e</sup> zaterdag v.d. maand <b>Handwerkclub</b> contactpersoon handwerkclub: Esther Mulleners - Tel.: 06 54 94 03 03 <b>Meer informatie?</b> Telefoon tijdens opening: 06-28 55 12 19 E-mail: <a href="mailto:lotte.bego@piw.nl">lotte.bego@piw.nl</a> Of loop eens binnen, de vrijwilligers helpen u graag Adres: Gelderhof 1 Sittard

*~ Vekans ~*

*Kopere ploert, sjient euver de tup van de berg  
Zits in eine luie sjtoul, te geneite van 't oetzich  
De zón dich dwóng sjaduw op te zuike, is werm  
Lekker vrie, de vekans wo me zich zo op sjpig*

*Jedere daag frisje breudje's, geneite v'd mörge  
Niks te houve, alles kènt wat de daag ós brink  
Aafsjakele niks aan de kop, höbbe gein zörge  
Eine maelder in de sjemer, ós ein seranade zink*

*Dit alles geneite, v'r houve 't meh te ónger gaon  
Mörge's 'n wanjeling make, douw euveral op lik  
Wilt me dit belaeve, dan mót me vruig opsjaon  
Die berg doon 't dich beie, maak dit sjoons mit*

*Nog naogeneite thoes, wat v'r höbbe mitgemaak  
De accu weier opgelaje, kenne v'r ein jaor veuroet  
Dagelikse sjleur dae kump lankzaam op dich aaf  
Weier blie thoes te zeen, in dien vertroewt hoes*

JAN NIELING



**Baandert**

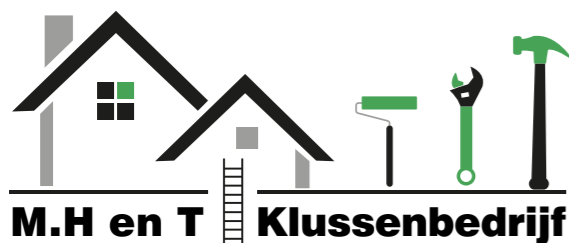
Henri Weltersstraat 72  
6136 KE Sittard

**Fitland**

Milaanstraat 115  
6135 LH Sittard

**Contactinfo**

046 - 451 3965  
[info@fysiosittard.nl](mailto:info@fysiosittard.nl)  
[www.fysiosittard.nl](http://www.fysiosittard.nl)



**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](mailto:mht@ziggo.nl)

Telefoon: 046 - 452 12 18 / 06 - 20 08 06 99  
Website: [www.klussenbedrijfmht.nl](http://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

# Refresco

Our drinks on every table

## SCHILDERSBEDRIJF JOCHEM BOSHUIS

Voor al uw binnen- en buitenwerk  
Kromstraat 60  
6133 AC Sittard  
Tel: 046-4587996



06-53667219  
046-7370088  
info@dwjg.nl  
WWW.DWJG.NL

Verlengde Heinseweg 5  
6136 AP Sittard

## 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 muziekles
- ☼ LRK: Hele dag opvang: 122456713  
BSO: 16442223

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

info@kindercentrumoverhoven.nl

Overhoven 123, 6136 EC Overhoven

maandag t/m vrijdag van 7.30 tot 18.00 uur



PIANOLES

ANKIE DORMANS  
Pianodocente

0(031)610634349

Beekstraat 28  
6136 EK Sittard

a.dormans@hotmail.com  
[www.pianos-sittard.nl](http://www.pianos-sittard.nl)

## Sneldrukkerij 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](mailto:info@drukkerijpasklaar.nl) • [www.drukkerijpasklaar.nl](http://www.drukkerijpasklaar.nl)

## RENÉ BOS' HOEKJE *Burlen*

NATUUR



De maanden september en oktober zijn de beste maanden om brullende edelherten te spotten.

In deze periode proberen de bronstige mannetjes indruk te maken op de hinds.

Doormiddel van het burlen proberen de dominantste herten zijn harem bij elkaar te houden.

Dat gaat niet altijd zonder slag of stoot, de uitdagers gaan elkaar te lijf met hun imposante gewei, maar de knokpartij leidt zelden tot ernstige verwondingen.

Ik wilde dit schouwspel wel eens gaan aanschouwen en heb gekozen om naar het Weerterbos te gaan, vanwege de roedel edelherten die daar leeft. Behalve het edelhert zie je er ook een kudde Exmoorpony's aantreffen.

Mensen die interesse hebben om de Edelherten eens met eigen ogen te aanschouwen en vooral ook te horen, kunnen in de maanden september en oktober gebruik maken van de georganiseerde wandelingen van Limburgs Landschap.

Groet René

## GARAGE SALE 9 SEPTEMBER 2023 OVERHOVEN-SITTARD



De 4e editie van de Garage Sale Overhoven was een hele warme, niet alleen qua temperatuur maar ook qua hartverwarmende ontmoetingen tussen actieve deelnemers en bezoekende gasten.

Het was weer een gezellige en verbindende dag, niet alleen dankzij de 115 actieve deelnemers, de vele gasten en de vrijwilligers die ondersteunden in de voorbereiding, maar ook dankzij de nevenactiviteiten van Dagactiviteitencentrum Het Karwei i.s.m. Dagbesteding Gelderhof, Wijksteunpunt Gelderhof en nieuwkomers Woonbegeleidingscentrum Overhoven & de Baandert van SGL en Weggeefwinkel The Philly's. Volgend jaar weer, wat ons betreft!

D.m.v. het mooie drukwerk van Sneldrukkerij Pasklaar, de publicaties op Facebook pagina 'Ons Mooie Overhoven' en de publicaties op diverse andere (social) media en websites in wijk en (Eu)regio wisten bezoekers de weg naar 'Euverhaove' te vinden en konden ze een dag ervaren wat we bedoelen met 'd'r geit niks baove Euverhaove!'

Op naar editie 5, hopelijk een wat minder tropische ...!

Datum wordt ruim op tijd bekend gemaakt.

Tot ziens in 2024! Hartelijke groet van Astrid, Gerda, Anja en Ineke



**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*

**FRITURE**  
**OVERHOVEN**

Peter  
Heistraat 48

06-20 29 14 47



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

**Multigroen Denny**

veelzijdig in groen



**0613117339**

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

**STICHTING WIJKBLAD**

E-mail: [wijkbladoverhoven@hotmail.com](mailto:wijkbladoverhoven@hotmail.com)

Web: [www.wijkbladoverhoven.nl](http://www.wijkbladoverhoven.nl)

IBAN: NL76RABO0147606012

J. van Eijk, Walborgstraat 3, tel. 452 23 17

G. Voet, Rolandsweg 2, tel. 451 88 89

H. van Amelsvoort, Walborgstraat 9, tel. 451 38 58

M. Langeveld, Rijksweg Noord 302, tel. 06-54771671

M. Lebon, Hillenraedtstraat 29, tel. 06-38497674

G. Spronk, Neubourgstraat 26, tel. 06-12074848



**Kattebelletje**

**STAPJE VOOR STAPJE**

Onlangs hadden mijn man en ik het genoeg naar een voorstelling te gaan van Cirque du Soleil. We vonden het fantastisch. Wat een geweldige kostuums en wat een mooie voorstelling. Maar vooral wat een behendigheid van die mannen en vrouwen met hun lichaam. Zo sprongen ze bijvoorbeeld op een trampoline en vandaaruit tegen een klimmuur, waaraan ze zich dan als apen aan vastklemden. Ongelofelijk. Ik zei tegen mijn man dat ik sommige bewegingen wel herkende van mijn sport, de pilates. Maar oh,oh,oh wat voel ik me dan een klungel. Onzin natuurlijk. Want ieder heeft zijn eigen talenten. En wat zullen ze eindeloos getraind hebben om dit te bereiken.

Maar ik vind het altijd wel lastig om aan iets te beginnen waar ik (nog) niet zoveel kaas van gegeten heb. Bijvoorbeeld kozijnen verven. Moet gebeuren natuurlijk. Maar dan zie ik het al helemaal voor me. Hoe krijg ik het verfblik open zonder knoeien. Hoe maak ik de kwasten weer schoon. Wat moet ik doen aan voorbereidend werk voor het verven. Hoe zorg ik dat ik geen verfloppers krijg en vooral geen verfvlekken waar ze niet horen. En ga zo maar door. Het is maar goed dat het gewoon moet gebeuren, anders zou ik het waarschijnlijk nooit doen.

Of foto's laten afdrukken van mijn telefoon. Ook zoiets. Kan bij de Kruidvat. Maar doe ik dat daar ter plekke in het smalle gangetje van de winkel of ga ik zitten hannesen met mijn computer. Maar ja ik wil ze wel graag hebben. Help!

Ik vind het ook wel lastig om hulp te vragen. De ander vindt het echter meestal geen probleem, leert er in ieder geval geduld van. Ook dat dingen die voor hem vanzelfsprekend zijn dat voor een ander nog lang niet zijn. En het geeft hem voldoening dat hij heeft kunnen helpen.

Zelf heb je waarschijnlijk in eerste instantie zoiets van: "Dat leer ik nooit."

Want natuurlijk valt dan die verfpot om met een klierdierzooi als gevolg. Of blijkt dat al je foto's zonder hoofd zijn afgedrukt of iets dergelijks. Het lijkt in eerste instantie alleen maar slechter te gaan.

Maar meestal, als je na een tijdje terugkijkt, zit er toch beweging in. Je merkt dat je handiger en sneller wordt. Wat eerst onmogelijk leek wordt geleidelijk routine.

Kortom, het is een goed idee om een beetje geduld met jezelf te hebben. En bij iets nieuws te bedenken dat er heel veel dingen nu gewoon zijn geworden die eerst alleen maar tot onmacht leidden. Oefening baart kunst.

**Kopij volgend wijkblad  
inleveren voor 24 oktober 2023**

bij dhr. J. van Eijk, Walborgstraat 3  
E-mail: [wijkbladoverhoven@hotmail.com](mailto:wijkbladoverhoven@hotmail.com)

Advertenties bij dhr. G. Voet, Rolandsweg 2

Het volgend wijkblad verschijnt op 10 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.*

**De Kinderhoek**

**Billie en Willie**



Toen ze op het bospad liepen was het aan het schemeren. Ze waren echt al heel diep in het bos. Willie zei tegen zijn zus: "Moeten we niet naar huis?". Ja kom zei Billie, ze liepen een stuk terug, maar toen begon het te regenen. Billie en Willie renden op zoek naar een schuilplaats, toen zagen ze een klein oud schuurtje. Ze gingen er in zitten, wachten tot het gestopt was met regenen en kwamen er toen uit. Het was al nacht, Willie zei: "Kom ren naar huis!". Ze renden terug, maar toen stonden ze stil, ze wisten niet meer de weg terug. Billie zei: "Kijk op de kaart!". Willie keek op de kaart, maar die was nat geworden en nu konden ze niks meer lezen...

LISA KENZELER BASISCHOOL OVERHOVEN

**Kinderkoor**

**'The Voices of Kids'**

zoekt kinderen en  
jeugdigen die mee willen zingen!

Muziek

en Gezelligheid

vinden wij

belangrijk!



Wij repeteren iedere vrijdagavond van 19.30 -20.15 uur in het Kerkzaaltje van de Heilig Hartkerk in Overhoven (Geldersestraat 37, 6136 AS Sittard)

Is vrijdag als repetitiedag een probleem?  
Dan ben je welkom op de repetitie iedere zaterdag van 12.35 - 13.20 uur in de Zaterdag Middag Club te Sittard (Pres. Kennedysingel 20, 6137 AC Sittard).

**Deelname is geheel GRATIS!**

**Kom eens luisteren en meezingen!**

Meer info:

Website: [www.parochieoverhoven.jouwweb.nl/kinderkoor](http://www.parochieoverhoven.jouwweb.nl/kinderkoor)

Email: [voicesofkidsittard@gmail.com](mailto:voicesofkidsittard@gmail.com)

Kinderkoor 'The Voices of Kids' Sittard



*Van harte Welkom!*



**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



**SNOEIEN /  
ROOIEN VAN BOMEN**

- Verwijderen van boomstronken
- Tuinonderhoud
- Tuinrenovaties

Tel: 06 - 124 583 25  
info@oversierboomverzorging.nl

**WWW.OVERSIERBOOMVERZORGING.NL**

**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!*



**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!



**CREMERS**  
Ramen & Deuren

**GEZOCHT:  
ERVAREN MONTEURS KUNSTSTOF KOZIJNEN**

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