



Begin november, tijd om even herdenken

foto Ruud Keijmis

VAN DE REDACTIE

Oeps! Daar valt 't Belhääfke op de mat. Nog net op tijd de geesten en spoken weggejaagd voordat 't Belhääfke uitkwam en de boze heks is op de bezem erachteraan snel weggevlogen. Dat was dus Halloween. Ook was er ruimte de doden te herdenken op 1 en 2 november. Het kerkhof ligt er in vol ornaat met een bloementapijt bij, zeer indrukwekkend altijd.

Nu maken we ons op voor de komst van Sinterklaas, een kinderfeest maar ook voor volwassenen een geweldige tijd en heerlijk hoe uit volle borst de liedjes worden gezongen. Ook een fijne tijd met de reuk van pepernoten, speculaas en taai-taai. Maak de appeltaart in combinatie met speculoos eens voor deze avond, warm aanbevolen. (zie recept elders). Verder hebben we in deze uitgave een 'In de Kijker'. Voor activiteiten moet u even in de agenda kijken. Hier en daar staan zelfs al kerstbomen gereed, een beetje vroeg vind ik. Eerst Sinterklaas dan de kerstversiering, maar ja, als men een heel dorp opbouwt kost dat natuurlijk ook veel tijd, ieder zijn ding natuurlijk. De avonden worden langer, lampjes en kaarsjes gaan aan, we maken het ons weer knus en gezellig, het heeft ook weer zijn charme. Wat moesten we toch wennen aan dat kille weer.

De zon blijft welkom natuurlijk, al heeft hij aan kracht ingeboet. De herfst is in volle glorie begonnen en de bomen verliezen hun verkleurde bladeren, dus op naar de winter met ijs en sneeuw. Stiekem hopen altijd veel mensen op een witte kerst, afwachten maar. Gelukkig hebben we daar geen invloed op, wel op de onrust in de wereld die maar door blijft gaan, ook in Nederland neemt de onrust toe. Laten we met zijn allen eraan meewerken dat het wat rustiger om ons heen wordt. De verkiezingen zijn ook weer geweest en nu kan er gekibbeld worden wie wel en niet in een nieuw kabinet komt. We hopen dat dat voortvarend gebeurt. Met het wijkblad in de hand bij de warme kachel kunt u gelukkig op uw gemak het blad lezen.

Verder vindt u in ons wijkblad de vaste items, wilt u een steentje bijdragen? In de vorm van een gedicht, verhaal, een grapje enz. Laat het ons weten en stuur dat naar het redactieadres. (dat vindt u in de colofon.)

Tot de volgende maand, dan is dat alweer het laatste Belhääfke van 2025, veel leesplezier.

Roelina Habets-Lenten

*Het volgende nummer van 't Belhääfke zal verschijnen
in het weekend van 6/7 december.*

Kopij: inleveren per e-mail vóór 10 november.



Herculeshof 9 / 11
6215 BB Maastricht

www.fysiodaalhof.nl
fysiodaalhof@gmail.com
043-3476946
06-20567164

- Fysiotherapie
- Manuele therapie
- Geriatrie therapie
- Oedeem therapie



STICHTING BUURTCENTRUM
DAALHOF EN OMSTREKEN

Buurtcentrum Daalhof E.O.
't Atrium
Aureliushof 160
6215 SW Maastricht
tel: 043 - 3540518
www.buurtcentrumdaalhof.nl
info@buurtcentrumdaalhof.nl

Voor het huren van diverse ruimtes kunt u van maandag tot en met vrijdagmorgen tussen 10.00 en 12.00 uur bellen voor informatie of een afspraak te maken om de ruimtes te bezichtigen.





DE FIETSSPECIALIS DEE WÈT WAT SERVICE IS

VOOR AL HET ONDERHOUD EN REPARATIES AAN UW FIETS OF E-BIKE KUNT U BIJ ONS TERECHT

VOOR OPENINGSTIJDEN KIJK OP DE WEBSITE OF FACEBOOK PAGINA

VELDWEZELSTRAAT 24A
6215 JC MAASTRICHT
+31 (0)653219877
INFO@TWEEWIELERSERVICEVERHULST.NL
WWW.TWEEWIELERSERVICEVERHULST.NL



drukkerij de heeg

DRUK

PRINT

COPY

SINDS 1977

Kwaliteitsdrukwerk tegen competitieve prijzen

Zakelijk drukwerk • Periodieken • Boeken • Mailings
Verenigingsdrukwerk • Events • Familie drukwerk

Drukkerij De Heeg • Rijksweg 76 • 6228 XZ Maastricht
☎ +31 (0)43 - 3611392
✉ info@drukkerijdeheeg.nl 🌐 www.drukkerijdeheeg.nl

COLOFON

Redactie

Stephanie Debie
Bea Deckers
Anneke Fokkema
Roelina Habets
Ruud Keijmis
Willeke Klein
Mark Maes
Natasja Maes
Scott Raab
Huub Reinders
Gioia Tummers
Nicole Tummers
Hans Veldman

Contact

☎ 06 50888592
✉ redactie@belhaofke.nl
💻 www.belhaofke.nl

Bezorgklachten? Meld dit a.u.b. via e-mail of telefoon.

 Like ons op facebook

Drukwerk
Drukkerij De Heeg B.V.

BUURTNETWERK



buurtnetwerk belfort daalhof

Correspondentieadres: Aureliushof 160, 6215 SW Maastricht
www.facebook.com/buurtplatform.belfort.daalhof
Email: buurtnetwerkbd@gmail.com

NAAICLUB NIEUWS

Vanaf deze maand kunt u nu bij de naaclub terecht zowel 's avonds als overdag. In de oneven weken kunt u op donderdagavond (19.30 - 21.30 uur) terecht en in de even weken op vrijdagmiddag (13.30 - 15.30 uur). Als u alleen op donderdagavond kunt komen, dan heeft u een mogelijkheid 2 keer in de maand. Zo ook als u alleen op de vrijdagmiddag kunt komen. Kunt u zowel 's avonds als in de middag komen, dan is er elke week van de maand een moment om samen met anderen op projecten te werken of te leren naaien.

Er zijn ervaren begeleidsters op beide momenten. U kunt dus ook komen als beginnende. Maar gevorderden komen ook aan hun trekken. Donderdag 6 november is het eerst volgende moment, gevolgd de week erop door de middagsessie op 14 november. Heeft u belangstelling? Kom maar langs op donderdagavond van 19.30 - 21.30 uur of vrijdagmiddag van 13.30 - 15.30 uur. Heeft u naaimachines die we voor de club kunnen gebruiken? Laat dit ons ook weten. U kunt ons bereiken op buurtnetwerkbd@gmail.com

SAMEN ETEN IN DE WIJK

Samen eten in de wijk is belangrijk. Hoewel velen van ons het als vanzelfsprekend zouden vinden om etenstijden met anderen te delen (gezin of vrienden) is dit niet zo vanzelfsprekend voor iedereen. Daarom zorgen verschillende projecten voor momenten om samen te eten.

De laatste donderdag van de maand is een gelegenheid waar mensen een maaltijd met elkaar kunnen delen, een 3 gangen menu voor een scherpe prijs. De San Salvator heeft een ruimte ingericht waar iedereen welkom is. Donderdag 27 november is iedereen welkom om 17.00 uur. Wilt u meer informatie hierover of wilt u zich inschrijven? Stuur een e-mail naar: west@trajekt.nl. Neem de gelegenheid uw burens te leren kennen onder genot van een lekkere maaltijd.

SINTERKLAAS EN KERST

De feestdagen zijn in aantocht en we willen ervoor zorgen dat ze leuk kunnen zijn, ook voor mensen die minder hebben - minder spullen, minder mensen in hun leven, minder tijd. Tijdens onze inloop op dinsdag 2 december zorgen we voor een leuk sinterklaasfeest van 14.00 - 17.00 uur. Heeft u belangstelling? Schrijf u in bij een van de vrijwilligers op de dinsdag.

Zaterdag 20 december verzorgen we een leuke kerstsfeer en een leuk feest van 13.00 - 15.00 uur. Kom langs de Huiskamer voor kerstmuziek (en zing mee) en een lekker hapje en drankje. Als we het kunnen regelen is de Kerstman aanwezig. U toch ook?

U kunt meer hierover vinden op de Facebookpagina "Huiskamer Daalhof".

WORD VRIJWILLIGER IN DE HUISKAMER

Heeft u een warm hart en een paar uurtjes tijd over? Kom dan ons gezellige team van vrijwilligers versterken in de Huiskamer van Daalhof.

Onze bezoekers zijn nu voornamelijk ouderen, maar iedereen is welkom. Samen zorgen we voor een fijne, huiselijke sfeer waar mensen zich welkom en gezien voelen.

Wanneer? Dinsdag van 12.30 - 16.30 uur en/of woensdag van 9.30 - 12.00 uur.

Wat gaat u doen?

- Koffie en thee schenken met een glimlach.
- Meehelpen bij het bedenken en organiseren van leuke activiteiten.

- Samen met een enthousiast team zorgen voor een warme ontmoetingsplek.

Wat krijgt u ervoor terug?

- Waardering en dankbaarheid
- Gezelligheid en nieuwe contacten
- De kans om écht iets te betekenen voor anderen.

HUISKAMER DAALHOF

De vrijwilligers van de Huiskamer zijn er ook voor meer activiteiten in de week. De Huiskamer vindt u aan de achterkant van buurtcentrum 't Atrium, tussen de Aureliushof en de Romeinsebaan.

MAANDAG

- 9.30 - 15.30 uur: Kaartclub Daalhof
- 13.30 - 16.30 uur: Hobbyclub "Vaan alles get!!!"

DINSDAG

- 9.30 - 15.30 uur: Kaartclub Daalhof
- 13.30 - 16.30 uur: vrije inloop / wijkLeerbedrijf
- 13.30 - 16.00 uur: spreekuur Tim (hulp bij telefoon, pc, laptop, tablet)

WOENSDAG

- 9.30 - 12.30 uur: vrije inloop
- 9.30 - 15.30 uur: Kaartclub Daalhof
- 12.00 - 16.00 uur: Vrouwen Schildersclub

DONDERDAG

- 9.30 - 15.30 uur: Kaartclub Daalhof
- 10.00 - 12.30 uur: Ontbijt
- 19.30 - 21.30 uur (1^e en 3^e donderdag: Naaclub

VRIJDAG

- 13.30 - 16.30 uur: Hobbyclub "Vaan alles get!!!"
- 13.30 - 15.30 uur (2^e en 4^e vrijdag): Naaclub

HEEFT U IDEEËN

Heeft u ideeën voor de buurt? Wij willen het horen en u ook in contact brengen met anderen die mee willen doen. Wilt u op de hoogte blijven van zaken in de buurt, u vindt ons op Facebook onder buurtplatform.belfort.daalhof of stuur ons een e-mail: buurtnetwerkbd@gmail.com.

Sonnemans
VLOEREN
WWW.SONNEMANS-VLOEREN.NL

Woningstoffering Sonnemans
NU BLIJVEND IN PRIJS VERLAAGD
Uitgebreide collectie in onze showroom
op Daalhof, Aureliushof 129A
PVC-laminaat-tapijt+vinyl
trapbekleding-raambekleding

Open op dinsdag van 10-14u, donderdag van 15-18u
en zaterdag van 10-13u
043-3113673

EVENEMENTEN

Maandag 3 november:

Training 'Handig helpen: tips voor mantelzorgers'. Tijd: 18.45 - 22.00 uur in het Regiokantoor Envida, Herculeshof 20. Deelname is gratis.

Woensdag 12 november:

Alzheimer Café Maastricht van 19.30 - 21.30 uur (zaal open om 19.00 uur). In Dagbeleving Hei Neve (Duitsepoort 13A, Maastricht).

Zondag 16 november:

Céciliamis in de San Salvatorkerk om 11.30 uur voor Harmonie Kunst Door oefening.

Donderdag 27 november:

Samen eten in de San Salvatorkerk vanaf 17.00 uur. Aanmelden via mail: west@trajekt.nl.

Dinsdag 2 december:

Sinterklaas feest in de Huiskamer van Daalhof van 14.00-17.00 uur. Wel even aanmelden.

PRIKBORD



Prikbord: een prikbord kost 4 euro per stuk. Gevonden/verloren is gratis. De tekst (maximaal 40 woorden) mailen naar prikbordjes@belhaofke.nl vóór de 15e van de maand. U ontvangt een bevestigingsmail met verdere instructies.

Heeft u **vragen over God**? Wilt u de Bijbel leren lezen? Elke dinsdag van 10.00-12.00 en 19.30-20.30 uur is er in de Didhof 49B een 'Spreekuur' voor iedereen met vragen. Bel 06-48689617 of email: info@gvcmaastricht.nl om af te spreken.

Yogalessen vitaal en in balans. Helen Vaessens. Je doet oefeningen die fysiek en mentaal meer ruimte geven. Meer in balans. Meer energie. Vermindert stress. Meer ontspanning. Van harte welkom voor een gratis proefles. Voor info en aanmelden yogahelenmaastricht@outlook.com.

Te Koop: 7 zitter, **Ford Grand C-Max** Titanium 1.0L Eco-Boost, (6 versnellingen), 2017, afneembare trekhaak. 125 PK/92KW. Metaallak Magnetic. Schuifdeuren. Actieve parkeerhulp. In goede staat en APK gekeurd. Km. 131.000. Vraagprijs € 8.250. Tel. 06-25088405.

1. **Zumba**, 2. **Yoga** (ontstressen voor alle leeftijden ook voor klachten als burn-out, reuma, astma, fibromyalgie, oedeem, te lage of te hoge bloeddruk, overgewicht enz.). In **t Atrium** Daalhof: Chantalle Smeets www.dans-yoga.com, mail: info@dans-yoga.com, tel.: 0032-12236151 of 0032-467077822.

Kunstverkoop, Kunstuitleen Kunsthuis Trobar. Meer dan 200 Unieke Sculpturen in brons, steen, keramiek en hout. Nu ook een webshop met daarin een impressie video van de kunst inclusief schilderijen. Welkom om vrijblijvend een kijkje te nemen. www.kunsthuis-trobar.com, tel.: 0032-467077822.

ZorgMies Maastricht & Heuvelland is **op zoek** naar Zorg-Miesen M/V vanaf 18 jr. met een groot zorghart. V.a. 2 uur p/w als freelancer of ZZP'r. Info en aanmelden via: www.zorgmies.nl/maastricht.

"Let niet alleen op wat goed is voor jezelf. Let ook op wat goed is voor een ander." Het voorbeeld van Jezus volgen is nog altijd mogelijk! Doe je mee? www.gvcmaastricht.nl.

Onweerstaanbaar lekkere roomboterwafels! Versgebakken, boterzacht en krokant. Een kilo (50-55 stuks) voor € 20 een halve kilo voor € 12. Inclusief gratis bewaardoos en bezorging! Bestel nu: 06-43903618.

V A R I A

SINT NICOLAAS

De nachten zijn lang en langer. En uit Spanje vertrok weer de mysterieuze boot die nooit op de Noordzee wordt gezien, maar wel op een zaterdagmiddag half november tegelijkertijd op meerdere plaatsen in Nederland aanmeert. Van boord schrijdt een rood omhulde man met een indrukwekkende witte baard. Een brave schimmel staat al op hem te wachten. De kinderen juichen en zingen.

Als een echte Sint fan, geboren en getogen in Amsterdam met als schutspatroom Nicolaas, geniet ik van de vele tradities, van de eeuwenoude Nicolaas legenden. Over de Drie Studenten, in stukken gesneden in een ton met pekel gestopt, maar door Nicolaas weer tot leven gewekt. Over de Drie Maagden zonder geld voor de bruidsschat. Door drie gouden ballen door Nicolaas ongezien door hun raam geworpen, konden ze toch in alle eerbaarheid trouwen. Heerlijk, de malle surprises, de (spot)gedichten die miraculeus opeens velen uit hun mouw weten te schudden.

Geboren in de Donarstraat, vlak bij de Wodanstraat waar mijn zusje was geboren, las ik als kind al over de hemelgoden uit het hoge Noorden. In de oertijden werd het leven sterk bepaald door de wisselingen van de zonnige zomer en de duistere winter; gezien als de strijd tussen goed en kwaad. De mensen toen vreesden dat in de diepdonkere midwinter boze geesten van de onderwereld tevoorschijn kwamen, om weer voor maanden onder de grond te verdwijnen als eind december de zon steeds iets langer scheen. Hun angsten werden verbeeld in mythen over de vader van mijn dondergod Donar. De Germaanse / Scandinavische oppergod Wodan (Odin), die op zijn lichtgrijze achtbenige paard langs de winternachthemel stormde om de donkere demonen te verjagen.

Eeuwen later is hij getransformeerd in een op een witte schimmel over de daken rijdende Nicolaas.

Oude man in je rode habijt, herinnering uit de kindertijd, blijf ons op de donkere winterdagen verrassen en wat plagen.



Machteld Roede, Belfort



Vesta vastgoed
JE WONING IS HET WAARD!

VBO  MAKELAAR

 NRVT
Register-Taxateur



info@vestavastgoed.nl | www.vestavastgoed.nl

Woning van de Maand



- Fijn appartement op 2e verd.
- Nette sanitaire voorzieningen
- Op loopafstand van de Brusselsepoort.
- Met twee slaapkamers en een berging.

Glazeniersdreef 30 B
Vraagprijs € 239.000,- K.K.

Wanneer kies je voor Vesta Vastgoed?

Als je een woning wilt kopen of verkopen

of

Indien je een taxatierapport nodig hebt i.v.m.
een verbouwing, scheiding of verlagen van risico opslag.

Dan kies je voor Vesta Vastgoed

Wil je alleen een advies gesprek? Ook dat kan

Het kost je enkel een uurtje van je tijd en een kopje koffie!
We gaan graag met jou het gesprek aan..

Bel dan nu 043-3440168



Dierenartsenpraktijk Vandersanden

Stroddorp 41
3620 Veldwezelt-Lanaken
Tel. +32 89/721776

Vrij spreekuur :

Ma-woe-vrij 13.00u-13.30u
Ma tot vrij 19.00u-20.00u

Kleine Huisdieren & Vogels



DAP De Varen

Lammergeierstraat 15b
6215 AH Maastricht
Tel. 043/3438842

Vrij Spreekuur :

Ma tot vrij 08.30u-09.30u
16.00u-18.00u
Zat 09.00u-10.00u

DIT BEN IK

SOPHIE



Hallo, ik ben Sophie, ik ben 10 jaar oud en zit in groep 8 van de JF Kennedyschool. Ik vind groep 8 het leukste jaar, want dan gaan we op kamp en is er de musical. Ik ben ook blij dat ik het laatste jaar nog in het nieuwe gebouw les krijg, alles is nieuw, groot en mooi.

Ik houd heel erg van dieren. Ik heb thuis een hond, haar naam is Sammie. Ze is 9 maanden oud en het ras is een cobberdoodle. Ze is heel lief en ik speel graag met haar. Ik heb haar al veel trucjes geleerd.

Mijn hobby's zijn tekenen en lezen. Ik lees vooral graag spannende boeken. Maar mijn grootste hobby is voetballen. Ik speel bij de MO-13 van Leonidas in Wolder. Vorige jaar was ik keeper, sinds dit seizoen speel ik spits of verdediger. Mijn favoriete voetbalclub is Feyenoord, ik heb hier veel posters en andere spullen van.

Met vriendelijke groet.

VARIA

OPROEPJE VOOR OEFENBEHANDELINGEN

Onlangs heb ik aanvullende modules gevolgd van de Sensi therapie opleidingen die ik in 2012 en 2014 heb gevolgd. Toentertijd heb ik in dit blad gevraagd wie geïnteresseerd

was in een gratis behandeling zodat ik de geleerde technieken kon oefenen. Daar is toen door velen op gereageerd. Ook nu wil ik graag weer oefenen. Daarvoor bied ik 10 mensen een gratis sessie aan zodat ik mij de geleerde technieken snel goed eigen kan maken.

Bent u hierin geïnteresseerd en/of wilt u kennismaken met de Sensi therapie, stuur dan een appje naar 06-81894531. De therapie wordt door uittesten met de biosensor voor u persoonlijk op maat gemaakt en is ook geschikt als ondersteuning bij reguliere behandelingen en medicatie. Met de Sensi technieken behandelen we niet de ziekte maar brengen we de energie van de klant optimaal in balans zodat het zelfgezend vermogen van het lichaam zijn werk kan doen.

De sessie zal bij mij thuis in Daalhof gegeven worden. Ik heb een behandelkamer op de 1e verdieping.

*Alvast mijn hartelijke dank,
Anneke*

WIJK - INFO

Overgenomen van Overheid.nl 'berichten over uw buurt'
Gemeentebld van Maastricht

Datum publicatie: 17-10-2025 09.00

Organisatie: Maastricht

Jaargang en nummer: Gemeentebld 2025

Rubriek: ander besluit van algemene strekking

Aanwijzingsbesluit vuurwerkvrije plaatsen jaarwisseling 2025/2026

Burgemeester en wethouders van Maastricht,
Gelet op artikel 2.75, lid 1, van de APV Maastricht,
Besluiten als volgt:

Het is verboden consumentenvuurwerk te gebruiken in de periode tussen 31 december 18.00 uur en 1 januari 2.00 uur op de volgende plaatsen en in de gebieden:

Aureliushof, Boerderij Daalhoeve, Kinderboerderij
Herculeshof, Sevagram Daalhof, Zorgcentrum

Dit besluit treedt in werking op de dag na bekendmaking.
Aldus besloten door burgemeester en wethouders in hun vergadering van 7 oktober 2025.



Van Hoften
Tandprothetiek

Implantologie

Tandprothetiek

Kunstgebitten

3D prothesen

- Eigen tandtechnischlaboratorium
- Reparaties klaar terwijl u wacht

Kunstgebit of implantaten nodig? Wij zijn de specialist voor u.

Als afgestudeerd tandprotheticus is Maurice van Hoften specialist op het gebied van alle uitneembare voorzieningen zoals, kunstgebitten, gedeeltelijke prothesen en dergelijke en wordt als zodanig erkend door alle zorgverzekeraars.

Wist u dat:

- u om de 5 jaar recht heeft op vergoeding van uw volledige prothese voor 75% uit de basisverzekering?
- een implantaatprothese (klikgebit) ook grotendeels vergoed wordt?

Vergoedingen volgens
uw verzekeraar

Bij ons kunt u terecht voor:

- implantaten
- gebitsprothesen
- prothesen op implantaten
- frameprothesen
- gedeeltelijke plaatprothesen
- opvulling van prothesen
- reparaties



Herculeshof 15A, 6215 BC Maastricht • Marktstraat 2, 6271 BE Gulpen
043 737 0229
www.vanhofitentandprothetiek.nl
info@vanhofitentandprothetiek.nl

Gratis parkeren



zekerheuts
makelaardij

**ervaren
team**

**verkoop
taxaties
aankoopbegeleiding
hypotheken**

**U wilt
verkopen,
wij vinden
de koper.**



Pascal Loontjens
Makelaar RM-RT

Henri Borgignons
Hypotheclair-financieel planner
Makelaar RM-RT



zekerheutsmakelaardij.nl
088-4504666

Onze vestigingen • Amstenrade • Belfeld • Bocholtz • Born • Brunssum
• Heerlen • Landgraaf • Maastricht • Nuth • Roermond





IN DE KIJKER

In de rubriek In de kijker stelt een bewo(o)n(st)er uit één van onze wijken zichzelf voor. De inhoud van deze rubriek wordt gebaseerd op een zelf opgesteld verhaal of een interview. Het is de redactie die bepaalt hoe het artikel uiteindelijk geplaatst wordt.

MACHTELD ROEDE

Als bioloog bezocht ik soms collega's in het buitenland. Ik probeerde dan altijd ook wat van het vreemde land zelf te zien. Zo was ik in februari 1975 op Sri Lanka, het vroegere Ceylon. Op een dagtoer (ik kende niemand van de overige toeristen) bezocht ik, rijdend door prachtig heuvellandschap waarin betoverende, kleurige vogels rondvlogen, een grote theeplantage. Daarna stopten we bij een olifantenbad.



Een slangenbezweerder liet zittend op de grond al fluitend een slang uit een mand omhoog zwaaien. Een ander, die ook op een van een kalebas gemaakte fluit blies, kwam op me af met een prachtig gevlekte cobra van zeker 2 meter. En voor ik het wist lag die rustig om mijn nek, met zijn bek omlaag bij mijn knie hangend. Het was een ongekennde sensatie: de duidelijk stevige slang met beide handen vast te houden, te voelen in mijn nek hoe koud het gevaarlijke reptiel was. (Er wordt streng op toegezien dat de dieren niet meer gevaarlijk kunnen zijn).

Daarna hielp een jongen met een lange stok gewapend, me klimmen op de enorme nek van een van de olifanten die geknield naast een rivier lagen. De kolos ging staan door eerst zijn achterpoten te strekken. Ik schoot steil naar voren, mijn lange kralenketting vloog bijna horizontaal, mijn

sandalen vlogen van mijn voeten. Ik bleef zitten door mijn benen stevig tegen de dikheid te drukken en me vast te klampen aan het dikke touw om zijn hals. Maar meteen al gingen ook de zware voorpoten omhoog. Ik schaterde van plezier. Daarna liep mijn rijdier de rivier een eindje in. Daar waren al andere olifanten, zonder passagier, en ook een jong, aan het baden. Ze leken ervan te genieten.

Terug aan de kant heb ik ongetwijfeld (ik weet het niet meer) hardop mijn olifant bedankt, iets liefs meegegeven en in zijn kleine wat droeve ogen proberen te kijken. Ik zou zo'n uniek ritje nu niet meer doen. Nu beseft ik hoe pijnlijk het eerder trainen van de nog jonge olifanten waarschijnlijk is geweest.

LEVENSVERRHALEN

BANG VOOR DE HOND....

Wim en Astrid wonen in een 'twee onder een kap' woning in een klein dorp. De burens waren al wat ouder, maar het waren lieve mensen en ze waren al ruim 30 jaar goede burens. Zo goed dat er zelfs geen heg tussen de tuinen stond en Wim ook regelmatig het gras maaide van de burens. Tot zolang ging het goed...

Totdat de burens op een avond heel zenuwachtig bij hen voor de deur stonden met de boodschap dat ze gingen verhuizen naar een aanleunwoning 3 straten verder in het dorp. Verkoop van het huis, nieuwe burens, Wim en Astrid werden er nerveus van. Wie worden de nieuwe burens.

Al na enkele dagen stond er 'verkocht' op de woning en ze zagen regelmatig een echtpaar van middelbare leeftijd het huis binnengaan, maar wat ze ook zagen was dat deze mensen twee grote honden hadden. Wim had een panische angst voor honden en durfde niet naar het echtpaar toe te gaan om kennis te maken omdat er altijd minstens een maar meestal twee honden in de buurt waren die gewoon los door de tuin liepen. Wim en Astrid hadden een groot probleem, voorzichtig werd er zelfs al gesproken over een verhuizing maar ze woonden hier toch zo graag.

Kasten, stoelen en bedden werden door de verhuizers naar binnen gedragen, maar Wim en Astrid bleven achter het raam en zwaaiden eens beleefd.

Altijd maar die grote honden...

En toen kwam de dag dat de burens er definitief kwamen wonen. Voor het eerst liep er ook een jong stel met twee kleine kinderen door de tuin en toen ze Wim en Astrid zagen kwamen ze met uitgestrekte hand naar hun toe om kennis te maken. Ze woonden in een andere stad, hadden het druk met hun werk en ze hadden het huis gekocht om rustiger gaan wonen. Vanwege hun drukke werkzaamheden hadden hun ouders (met de grote honden) het huis al voor hun opgeknapt en de verhuizing geregeld.

Wim en Astrid hadden het gevoel of ze de loterij hadden gewonnen, het waren zulke aardige mensen met twee schatten van kinderen en de ouders kwamen slechts één of twee keer per maand met hun honden op bezoek.

Wim en Astrid zijn nog lang en gelukkig in hun mooie huis blijven wonen en Wim maaide nog regelmatig het gras van de burens.

Tekst: Ad Frijns

ROLKURA MONTAGE

- Voor verkoop, montage en reparatie van
- alle garage- en industriedeuren.
- Tevens ook rolluiken en zonwering.
- Tel: 043-3476585 / 06-26530919
- www.Rolkura.nl / info@Rolkura.nl

PERSBERICHTEN

ALZHEIMER CAFÉ MAASTRICHT: SAMEN REDZAAM IN DE ZORG: ACADEMIE VOOR ZELFZORG

Hoe kunt u als partner of naaste van iemand met dementie op een veilige en verantwoorde manier helpen in het dagelijks leven? En hoe blijft u daarbij ook goed voor uzelf zorgen?

Tijdens deze bijeenkomst krijgt u uitleg over de Academie voor zelfzorg. U hoort hoe u samen met uw naaste eenvoudige zorghandelingen kunt leren, hoe u minder afhankelijk wordt van professionele hulp en hoe u langer thuis kunt blijven wonen op een manier die bij u past.

Zorgprofessionals van Envida, MUMC+ en Vitala+ vertellen meer over:

- De cursus Handig Helpen: tips voor mantelzorgers.
 - De cursus PPEP4ALL voor het omgaan met stress, balans en sociale steun bij chronische aandoeningen.
 - Persoonlijke begeleiding en ondersteuning dichtbij huis.
- U krijgt informatie over wat de cursussen inhouden en hoe u hieraan kunt deelnemen.

De bijeenkomst is gratis. We vinden het fijn als u laat weten dat u komt. Dat kan door een mail te sturen naar: alzheimer-cafemaastricht@gmail.com of via 06-83045556.

Datum: 12 november, van 19.30 - 21.30 uur (zaal open om 19.00 uur).

Plaats: Dagbeleving Hei Neve (Duitsepoort 13A, 6221 VA Maastricht).

PERSBERICHTEN

HANDIG HELPEN: PRAKTISCHE TIPS VOOR MANTELZORGERS

Zorg jij voor een partner, ouder, familielid of vriend? Dan weet je hoe belangrijk het is om op een goede manier te kunnen helpen. In de training 'Handig helpen: tips voor mantelzorgers' leer je hoe je dat veilig en praktisch doet. Je krijgt handige tips om te helpen bij dagelijkse dingen, zoals:

- iemand verplaatsen (bijvoorbeeld in en uit de auto, lopen met rollator),
- wassen en aankleden,
- gebruik van hulpmiddelen,
- toiletgang.

Zo kun je met meer vertrouwen zorgen voor je naaste én beter op jezelf letten.

Cursusdetails:

- datum: *maandag 3 november*,
- tijd: 18.45 - 22.00 uur,
- locatie: Regiokantoor Envida, Herculeshof 20, 6215 BM Maastricht,
- kosten: deelname is kosteloos,
- aanmelden: via www.envida.nl/diensten/training-handig-helpen of 043 -3690610.

Meer informatie of andere data voor de training kijk op: Training handig helpen | Envida

AircoSpecialist Verstegen

Steenmetzersdreef 10
6216 RS Maastricht

Tel: 0641194668

berryverstegen@gmail.com



Verkoop-installatie-onderhoud van Airco's

gratis en vrijblijvende offerte

*** Scherpe prijzen***

VERWARMEN EN KOELEN

BOERDERIJNIEUWS

Maandelijks nieuws van en over Boerderij Daalhoeve

Uitgave: Stichting Boerderij Daalhoeve

Tel. 043 – 347 47 86, www.daalhoeve.nl

Nr. 142, november 2025

Openingstijden:

Maandag t/m donderdag 10.00 - 17.00 uur

Vrijdag t/m zondag 10.00 - 19.00 uur

NIEUWS

- Ons sfeervol en verwarmd winterterras staat weer op.
- Er is kookworst/ bloedworst/ erwtensoep en nog veel meer smaakvols in ons winkeltje.
- Vanaf 1/2 december gaan alle dieren weer op stal. Zo staan onze alpaca's weer in hun winterstalling en zullen de schapen binnenkort ook naar binnen komen.
- Twee van onze bedrijfswagens zijn beletterd met het nieuwe logo en de bijbehorende huisstijl. Zo maken we Daalhoeve al rijdend steeds meer bekend in de stad.



- Nu al de blaadjes bijna van de bomen zijn gevallen, starten we met de wintersnoei van onze hoogstam fruitbomen.
- De eerste tekeningen voor onze nieuwe speeltuin zijn een feit. Binnenkort gaan we hier dieper op in.
- Eind november is onze schapenstal op de Belvédère af en kan de kudde haar nieuwe winteronderkomen betreden. Zie het item hieronder.
- Er zijn weer nieuwe, warme schapenvellen verkrijgbaar.
- Via onze online winkel kunt u de vernieuwde vleespakketten -groot en klein- bestellen: varkens-, rund- en lamsvlees of kip. De pakketten worden bij u thuis afgeleverd. Klik bovenaan rechts op onze website voor meer informatie.

RECTIFICATIE

In de vorige editie van 't Belhääfke stond in het artikel over de Fokkersdag Boergeiten dat "Ralph Frissen hier enkele

jaren geleden werd aangesteld als bedrijfsleider nadat Daalhoeve failliet was." Dit laatste is onjuist; de boerderij was niet failliet maar werd in 2012 overgenomen door een vrijwilligersbestuur en groeide langzaam uit tot een drukbezochte kinderboerderij.

Daarnaast stond er dat Daalhoeve een "goedlopend, zichzelf bedruipend bedrijf" is. Dat behoeft enige nuancering:

Daalhoeve is een algemene maatschappelijke voorziening voor de gemeente Maastricht. Dat wil zeggen dat wij onze inkomsten enerzijds verwerven uit publieke middelen van de gemeente waarvoor wij dagbestedingsplekken aanbieden, anderzijds uit eigen ondernemende activiteiten, denk aan horeca, het winkeltje en groenbeheer.

Kijk voor meer informatie over onze achtergrond en financiële huishouding op: www.daalhoeve.nl/over.

APPELTJE VOOR DE DORST

Woensdag 8 oktober hebben we bijna 7000 kilo appels laten persen. De opbrengst mag er zijn: ruim 4000 liter appelsap. U kunt het in onze Koojstal bestellen of in het winkeltje kopen voor thuis. Verpakt in handige drie liter kartons, met een tapje, die je zo in een schapje van de ijskast schuift.



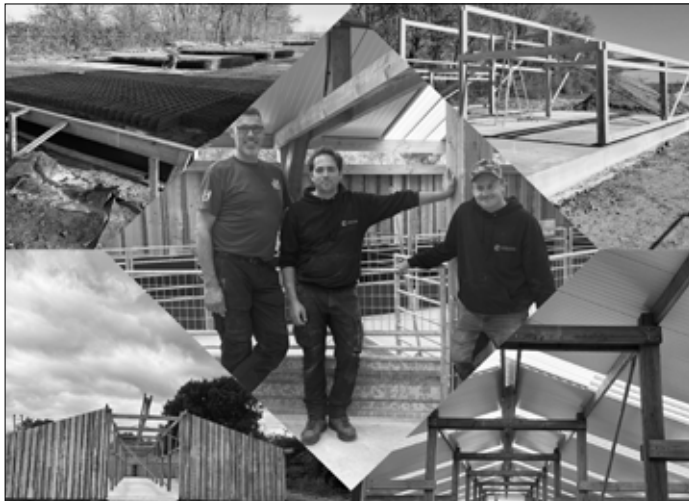
Afgelopen 12 jaar hebben we ruim 200 hoogstamfruitbomen aangeplant. De jaarlijkse snoei en het onderhoud hebben dit jaar voor het eerst echt geloond. Vanaf nu kunnen we jaarlijks meer appels en peren oogsten voor sap, stroop en gewone consumptie. Om ze biologisch te kunnen telen hebben we gekozen voor nieuwe rassen die resistent zijn voor de meeste ziektes.

SCHUILHUT

Het afgelopen jaar is er hard gewerkt aan de realisatie van een schaaप्sschuil- en lammerplaats op het natuurgebied Belvédère (Postbaan 6219). Deze maand wordt de grote schuur voltooid. Tien weetjes over onze nieuwe aanwinst, een samenwerking tussen Boerderij Daalhoeve en Bodemzorg Limburg:

- De ruimte is 600 vierkante meter groot en biedt ruimte aan 150 schapen die begin januari zullen gaan lammeren.
- Naast de vele vakken voor schapen (11 ooien elk) biedt de ruimte een apart slaapgedeelte zodat de diernedewerkers dag en nacht aanwezig kunnen zijn tijdens het lammeren.

- Na het storten van de gigantische betonnen vloer, werden 18 stevige kepers in de grond geschroefd die elk het vakwerk op zijn plek houden. De klassieke bouw van deze schuur zie je tegenwoordig niet veel meer.
- Omdat de schapen veel decibellen kunnen produceren, is gebruik gemaakt van isolerende dakplaten. Daarnaast zijn er transparante dak tussenschotten die een mooi daglicht binnenlaten.
- Ook zijn er open ruimtes tussen muur en dak en boven de poort. Dit niet alleen voor de ventilatie, het kan warm worden met zoveel schapen, maar ook om de kerkuil en de zwaluwen uit te nodigen zich te nestelen.
- Voordat aan de bouw begonnen kon worden, moest de bodem worden gesaneerd. Onder de heuvel van natuurgebied Belvédère ligt namelijk afval opgeslagen.
- Het beheer van dit afval is in handen van Bodemzorg Limburg, zij zijn verantwoordelijk voor het beheer van locaties die in het verleden zijn gebruikt om afvalstoffen te storten. Aandeelhouders zijn alle Limburgse gemeenten. (www.bodemzorglimburg.nl)
- Niettemin is een bezoekje aan natuurgebied Belvédère de moeite waard. Het is een mooi wandelgebied en biedt een prachtig panorama uitzicht over Maastricht, België en Borgharen.
- En als je de schapen en lammetjes niet hoort blaten in de schuur, dan lopen ze waarschijnlijk te grazen onder de zonnepanelen van de duurzame zonne-akker van Bodemzorg.



- Nog een weetje: het verschil tussen hooi en stro? De 'ho' van hooi staat voor honger, en de 'stro' van stro staat voor... stront. Met andere woorden: hooi is gedroogd gras (groen van kleur) en wordt gebruikt als ruwvoer. Stro is een graange- was (geel van kleur) en wordt gebruikt als bodembedekker.

PARKEERPROBLEMATIEK

Verslag van de bijeenkomst werkgroep Parkeerproblematiek Daalhoeve op 6 oktober. Aanwezig waren 7 werkgroepleden, de 2 betrokken ambtenaren van de gemeente Maastricht, 1 bestuurslid van Daalhoeve en de bedrijfsleider.

Er kwam een gedetailleerd voorstel op tafel dat het volgende omvatte:

- Het realiseren van maximaal 36 parkeerplekken langs de Aureliushof. De Aureliushof zal dan tegelijkertijd een 30 km zone worden en door aanleg van de parkeervakken zal de rijbaan versmald worden waardoor de snelheid automatisch zou moeten afnemen.

- Dit leidt tevens tot het verplaatsen van de ingang voor bezoekers naar de achterzijde van Daalhoeve.

- Het (eventueel gedeeltelijk) verwijderen van de groenvoorziening aan het uiteinde van de Alesiahof. Hierdoor wordt een doorgang gecreëerd voor vrachtauto's van leveranciers, die dan niet meer hoeven om te draaien in de straat. De doorgang wordt afgesloten met een paaltje waarvan alleen Daalhoeve de sleutel heeft. Deze doorgang wordt dus alleen kort geopend om de vrachtauto te laten doorrijden en daarna meteen afgesloten. De doorgang zal worden ingericht als fietsroute.

Na discussie over het plan kon iedereen ermee instemmen. De betrokken gemeenteambtenaren gaan ermee aan de slag en geven aan dat binnen de gemeente nog diverse procedures doorlopen moeten worden voor het plan kan worden gerealiseerd. Dit zal, bij goedkeuring, op zijn vroegst volgend voorjaar zijn.

In de tussentijd zullen we iedereen via mail, 't Belhääfke en andere media van de voortgang op de hoogte houden.

RECEPT VAN DE MAAND

MOUSSAKA

Snij drie aubergines in plakjes van ongeveer een halve centimeter. Bestrooi ze met zout en laat ze 30 minuten uitlekken. Er komt dan veel vocht uit. Braad intussen 300 gram lamsgehakt en 200 gram half-om-half gehakt aan in lekkere olijfolie samen met twee gesnipperde tenen knoflook en een uitje. Kruid het gehakt met zeezout en zwarte peper. Het teveel aan vet kun je afschudden en bewaren om de aardappeltjes en aubergines in te bakken. Daarmee krijg je mooie diepe smaken.

Voeg aan het gehakt een afgestreken eetlepel oregano, een eetlepel tijm en een halve eetlepel rozemarijn toe (naar eigen smaak). Even laten sudderen. Dan voeg je 250 gram rijpe, verse tomaten in blokjes, 400 gram gezeefde tomatenpulp (uit blik) en 1 eetlepel tomatenpuree toe. Laat dit ook weer even sudderen en voeg er dan 325 ml water bij. Deksel op de pan en verder laten sudderen.

Intussen snijd je drie dikke geschilde aardappels in dunne plakken. Bak ze in de olie van het gebakken vlees in porties ongeveer 3 tot 4 minuten en laat ze uitlekken. In dezelfde olie bak je de aubergine plakjes in porties. Spoel deze eerst af en dep ze droog tussen keukenpapier.

Breng alles op smaak met zout en peper!

Voor de bechamelsaus smelt je 100 gram boter. Voeg 100 gram bloem toe en laat dit garen tot een roux. Voeg 600 ml melk toe en maak een gladde saus. Doe er daarna 100 gram verkruimelde fetakaas bij. Haal de saus van het vuur af en roer er een geklopt ei door.

Bouw de ovenschotel op met een laagje vleessaus, laagje aardappel, vleessaus, laagje aubergine enz. Pas op het laatst verdeel je de saus over de schotel. In de oven op 180 graden, gedurende 45 minuten.

Niks moet, alles Mag(da)



waar
kleine
mensen
groot
worden

JOURNAAL

Het nieuwe schooljaar is bij het lezen van deze buurtbladeditie alweer 11 weken oud en die tijd is er weer veel gebeurd. Zo heeft de wethouder de school officieel geopend, zijn kennismakingsgesprekken met alle ouders gevoerd en staat de eerste ronde voorgangsgesprekken medio november alweer voor de deur. Er worden momenteel voorbereidingen getroffen voor de sloop van de oude school en de laatste ontbrekende meubelstukken voor in de klassen, op de leerpleinen en in de bibliotheek zijn geleverd en worden volop gebruikt. Datzelfde geldt ook voor de vele nieuwe leesboeken die zijn aangeschaft. Het ingebouwde binnenklimaatstelsel heeft ervoor gezorgd dat we goed bestand zijn tegen zowel hitte als kou en in combinatie met de grote natuurlijke lichtinval zorgt dit ervoor dat het heel aangenaam vertoeven is in ons KKC Belfort. Achter de schermen bouwen we verder aan de samenwerking met Kinderopvang Samen Spelen en we constateren ook dat we fijne burens hebben gevonden in de Emile Weslyschool. Ook het naschools aanbod in de vorm van o.a. schaak- en muzieklessen en een techniek aanbod vanuit Mad Science biedt allerlei kansen voor kinderen. Het allerbelangrijkste is echter dat onze kinderen met plezier spelen en leren en we zijn blij dat dit zowel in de klassen als op de speel-/leerpleinen tot uitdrukking komt. We kijken uit naar de winterse maanden met de daarbij horende feesten en zullen u in een volgende editie weer bijpraten. Hier nu een impressie van ons gebouw, met foto's van Sanne Creuëls Photography.



Kinderboekenweek – Tijdens de Kinderboekenweek in de eerste week van oktober werd op onze school groots uitgedapt met voorleesochtenden door ouders en natuurlijk de jaarlijkse voorleeswedstrijd. Deze werd gewonnen door Lynn ten Bosch (groep 7) en Sophie Rijnsburgers (groep 8) PROFICIAT!!!



Sint komt er aan! – Op vrijdag 5 december komt Sinterklaas, als alles goed gaat, naar Kindcentrum Belfort! Zoals elk jaar is het de vraag of hij de weg naar onze school kan vinden. Dit jaar is dat extra spannend omdat we in een nieuw schoolgebouw zitten én op een andere plek. Er is al veelvuldig contact met de Sint over de datum en de locatie. U mag op vrijdag 5 december om 8.45 uur een kijkje komen nemen aan de voorzijde van ons Kindcentrum of het is gelukt.



www.kennedy-bs.nl | www.samenspelen.net | Volg ons ook via Facebook (Kindcentrum Belfort) en Instagram!

ACH LIEVE TIJD

20 EEUWEN MAASTRICHT

AFL. 3: TUSSEN TWEE VOLKSVERHUIZINGEN (2)

Er vestigden zich andere stammen die de vrede met de Romeinen beter wisten te bewaren. De Romeinen hadden een permanent kamp opgezet aan de oevers van de Maas. Kaarsrechte wegen liepen inmiddels door het landschap als verbindingroutes tussen ver verwijderde delen van het uitgestrekte Romeinse rijk. De belangrijkste voor Maastricht was die van de vloot- en havenstad Boulogne aan de Franse kust over Tongeren naar Keulen. Vanuit het westen kwam deze weg over de huidige Brusselsestraat de stad binnen en liep langs de noordkant van het Vrijthof tot iets voorbij de Muntstraat. Daar boog hij met een rechte hoek naar het zuiden om via de Havenstraat en een tweede haakse bocht door de Plankstraat en Eksterstraat bij de Maas uit te komen. Op dit punt ging de weg over een brug naar het oostelijke stadsdeel Wyck.

In de vierde eeuw na Christus begon opnieuw een volksverhuizing op gang te komen en nieuwe stammen drongen binnen in het gebied tussen Maas en Rijn. De Romeinen besloten tot de bouw van een versterkt bruggenhoofd ter bescherming van de Maasbrug: een stenen castrum of castellum, ons woord kasteel. Lang heeft het niet geholpen. De Romeinen trokken min of meer vreedzaam terug en verdwenen tenslotte uit Noordwest-Europa.

Colofon: Uitgeverij Wanders, Gemeente archief Maastricht. Redactie/samenstelling: drs. Dingemans, Evers, Hackeng, Jenniskens, Mes, Muller en Verbeeck. Tekst: Mw. Evers.

VERENIGINGSNIEUWS

HARMONIE KUNST DOOR OEFENING NOVEMBERNIEUWS

In november kunt u weer genieten van de inmiddels vertrouwde klanken van Harmonie Kunst Door Oefening (KDO) in Daalhof. Zondag 16 november om 11.30 uur vindt voor KDO de jaarlijkse Céciliamis plaats in de San Salvatorkerk. Deze viering is inmiddels een mooie traditie, waarin we niet alleen muziek maken, maar aansluitend ook onze jubilarissen in het zonnetje zetten – een moment om samen stil te staan bij al die jaren van samen muziek maken en inzet binnen de harmonie. Dit jaar hebben we 3 jubilarissen: saxofonist John Huskens, hij is 65 lid van KDO. Richard Janssen (trompettist) en Eef van der Eijden (erebestuurslid) zijn beiden 25 jaar lid. Daarnaast zijn recentelijk twee leerlingen doorgestroomd zijn naar het harmonieorkest: Luna Schepers (dwarsfluit) en Elise Engelbert (trompet).

Ondertussen kijken we ook alvast vooruit naar ons kerstconcert in de O.L.V.-kerk in het centrum van Maastricht. Dit jaar werken we samen met sopraan Anna Emelianova. De voorbereidingen zijn al in volle gang, en het belooft een sfeervolle en muzikale middag te worden. U bent van harte uitgenodigd te komen luisteren op zondag 21 december om 15.00 uur in de O.L.V. basiliek. De entree is gratis.

PERSBERICHTEN

MAASTRICHT(JAAR) ZOEKT DEELNEMERS

Maastrichtjaar 2026

Maastricht is een stad met een rijke geschiedenis en veel verschillende mensen. In een tijd van verandering is het belangrijker dan ooit om elkaar te ontmoeten en beter te leren kennen. Het Maastrichtjaar wil mensen verbinden via verhalen van vroeger, vertaald naar de wereld van nu. Of je hier geboren bent of pas net in de stad woont: dit jaar is van én voor jou.

Wat gaat er gebeuren?

Het Maastrichtjaar bestaat uit 3 hoofdonderdelen:

- De Historische Stoet - een feestelijke dag vol performances die eindigt in een optocht waarin de geschiedenis van Maastricht tot leven komt.
- Stadsprogrammering - verrassende evenementen verspreid door de stad, met oude verhalen in een nieuw jasje.
- Wijkprogrammering - kleine, lokale ideeën en activiteiten in buurten en wijken, georganiseerd door bewoners zelf.

Meedoen?

Dit is je kans. Voor alle onderdelen zijn we op zoek naar deelnemers. Wil jij schitteren in een historische optocht? Of samen met anderen een bijzonder evenement organiseren? Misschien wil je juist iets in jouw buurt doen? Van kleine (bestaande) buurtactiviteiten tot grotere culturele evenementen: iedereen kan een bijdrage leveren. Het is mogelijk subsidies aan te vragen en hulp te krijgen voor wie zelf een idee heeft en iets wil organiseren. Bekijk de website Maastrichtjaar 2026 en meld je aan: www.maastrichtjaar2026.nl.

GEDICHT

EEN TELEURSTELLING...

Een teleurstelling verwerken

Er niets van laten merken
Heb ik zelf een fout gemaakt
Het heeft mij behoorlijk geraakt
Er zelf goed over nadenken
Mezelf die ruimte schenken
Het kwam totaal onverwacht
Had ik te positief gedacht

In voor en tegenspoed
Hou toch altijd goede moed
Het leven heeft pieken en dalen
We moeten er niet in verdwalen
Komt tijd, komt raad
Een spreuk die nog altijd bestaat
De hoop niet verliezen
Er valt altijd iets te kiezen

Positief omgaan met het leven
Er is nog genoeg moois te beleven
Een teleurstelling overwinnen
Dáár moeten we mee beginnen

tekst: Ad Frijns

Benieuwd naar de **nieuwe** **waarde** van uw woning?

- ✓ Ervaren makelaars
- ✓ Gratis plan van aanpak voor verkoop
- ✓ Deskundige begeleiding bij verkoop en aankoopproces



Fidus
makelaardij

043 - 200 52 00
makelaardij.fidus.nu
maastricht.makelaardij@fidus.nl

Wij bieden ook een zeer breed assortiment aan **verzekeringen**, **pensioenen** en **hypotheken**. Zo kunt u zelfverzekerd door het leven. U bent altijd welkom voor een vrijblijvende afspraak.

4 KIDS



Sint Maarten

Sint Maarten, Sint Maarten, lichtjes in de straten.
Lichtjes in het donker, sterretjes geflonker.

Elf november is de dag,
dat mijn lichtje branden mag.

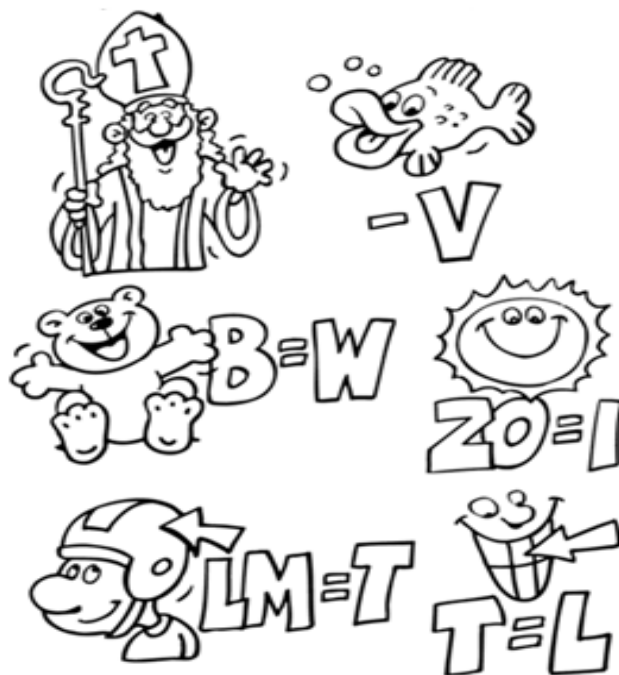
Dag mevrouw, dag mijnheer.
Hé hallo, hier ben ik weer.
Met mijn lala lampion.

Van papier of van karton.
Met een lichtje, mooi is dat.
Als ik klaar ben lust ik wel wat.

Lampionnetje, lampionnetje.
Schijnt als een zonnetje.
Schijnt als een lichtje op ieder blij gezichtje.



Rebus: Weet jij de oplossing?



Oplossing:

Sinterklaas doolhof?

Welke route dienen de pieten te nemen
zodat zij op tijd bij de pepernotenfabriek
aankomen?



Stephanie Debie



BEWEEGZORG
MET
PERSOONLIJKE
AANDACHT!



PRAKTIJK SCHIEPERS

Tel: 043 - 34 30 539

Mob: 06 - 542 14 860

• FYSIOTHERAPIE

• OSTEOPATHIE

• FYSIOFITNESS

PIJNLIJKE
SPIEREN OF
GEWRICHTEN?

AANHOUDENDE
KLACHTEN
AAN DE RUG?

GAAT UW
LICHAMELIJKE
CONDITIE
ACHTERUIT?

GRAAG FIT
VOOR EN NA
DE ZWANGER-
SCHAP?
HET KAN!

WILT U GRAAG
MEER BEWEGEN
IN KLEINE
GROEPEN ONDER
DESKUNDIGE
BEGELEIDING?

NEEMT U DAN
EENS CONTACT
MET ONS OP
VOOR EEN
PERSOONLIJK
GESPREK.

• Locatie Centrum
Brusselsestraat 38
6211 PG Maastricht
T - 043 - 631 18 14

• Locatie Belfort
Ooftmengersdreef 10
6216 SK Maastricht
T - 043 - 343 05 39



www.praktijkschiepers.nl

Persoonlijke zorg voor uw gebit

Zoekt u een tandarts met oog voor u
en uw gebit? Bel of mail mij dan voor
een afspraak.

Vriendelijke groet,

Matthijs Metsers



tongerseweg 402 -- 6215 ae maastricht -- 0438 52 31 40
tandartsmatthijs@metsters.nl -- www.metsters.nl

Openingstijden:

Maandag: 8.30 - 17.00 uur
Woensdag: 8.30 - 17.00 uur en 19.30 - 21.00
Donderdag: 8.30 - 17.00 uur
Vrijdag: 13.30 - 17.00 uur

Matthijs
Metsers
tandarts



BON APPETIT



SPECULOOS APPELTAART

Ingrediënten bodem:

225 gram bloem, 150 gram koude roomboter, 110 gram suiker, ½ theelepel zout

Ingrediënten vulling:

500 gram Elstar appels, 6 speculoos koekjes, ½ eetlepel koek- en speculaaskruiden mix

Ingrediënten topping:

125 milliliter slagroom, 60 gram speculoos pasta, 2 speculooskoekjes, 1 theelepel suiker

Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 190 graden. Bekleed de bodem van de springvorm met bakpapier en vet de rand in met een beetje roomboter. Snijd kleine blokjes van de roomboter. Kneed de koude boter, bloem, suiker en zout tot een kruimelig deeg (wij gebruiken hiervoor een keukenmachine met vlinderhaak). Houd een klein beetje deeg apart voor de bovenkant en verdeel de rest over de bodem en randen van de springvorm. Druk goed aan tot in alle hoeken. Zet de springvorm in de koelkast terwijl je de vulling maakt. Schil en snijd de appels in stukjes en meng het met koek- en speculaaskruidenmix. Verkruiemel de speculoos koekjes in een hakmolen en strooi deze over de bodem van de taart. Verdeel het appelmengsel erover. Verkruiemel het resterende deeg over de bovenkant van de taart. Bak de speculoos appeltaart 60 minuten in de oven (controleer af en toe hoe hard het gaat – elke oven is anders).

Laat de speculoos appeltaart volledig afkoelen voordat je verder gaat met de topping. Smelt de speculoos pasta door het 30 seconden te verwarmen in een magnetron en verdeel over de taart. Klop de slagroom met de suiker stijf en spuit een paar toeven op de bovenkant. Garneer de speculoos appeltaart met gebroken speculoos koekjes in de slagroom.

HUISHOUD TIPS

BAKING SODA

Baking soda wordt nogal eens geprezen als hét wondermiddel voor schoonmaakklusjes. Maar volgens een huishoudexpert is het witte poeder helemaal niet zo veelzijdig als TikTok en oma's tips ons willen doen geloven. Baking soda, zuiveringszout of natriumbicarbonaat, is een natuurlijk rijsmiddel. Het wordt zowel gebruikt voor het rijzen van gerechten in de keuken als voor schoonmaaktaken. Baking soda is niet hetzelfde als schoonmaaksoda. Ook moet het niet verward worden met bakpoeder, een mengsel waarin baking soda al gecombineerd is met een zuurtje en dat niet geschikt is om mee schoon te maken. Is baking soda een wondermiddel? Huishoudexpert Zamarra Kok stelt in de Telegraaf dat baking soda niet voor alle schoonmaaktaken een wondermiddel is. Zo wordt het vaak gebruikt om aangekoekte vaat mee los te weken, maar werkt een drupje afwasmiddel net zo goed. Ook als schuurmiddel valt het volgens haar tegen. "Standaard vloeibaar schuurmiddel werkt beter en is een stuk goedkoper".

Zogenaamde 'cleanfluencers' op TikTok zweren bij een mix van azijn en baking soda. Dat zou je volgens hen kunnen gebruiken als gootsteenontstopper en voor het schoonmaken van bijvoorbeeld pannen, de magnetron en de badkamer. Kok: "Azijn en baking soda mengen levert een mooi schouwspel op: het gaat bubbelen als een dolle. Dat is de ontsnapende koolstofdioxide (CO₂) die ontstaat wanneer de twee schoonmaakmiddelen een reactie met elkaar aangaan. Dat gebubbel zou misschien bij een zeer lichte verstopping van de gootsteen iets kunnen losmaken, maar verder is het een schoonmaakmiddel van niks. Azijn (een zuur) en baking soda (een base) heffen elkaars werking op. Wat je overhoudt, is zout water. Ook voor de pannen, magnetron en badkamer zal het niet veel doen".

Hoveniersbedrijf Daniël Jongen

Voor uw complete tuinaanleg en -onderhoud



Athoslaan 79

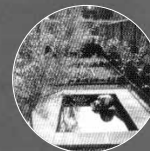
6213 CC Maastricht

Tel. 06 - 43 09 68 14

www.hovenierjongen.nl

info@hovenierjongen.nl

Advies • Ontwerp • Aanleg • Inrichting
Onderhoud • Vijvers • Sierbestrating



TIMMERBEDRIJF LOVEL

Sortieweg 62 tel. 043 3215937

Zeepziedersdreef 5 tel. 043 3474243



Voor al uw vakwerk op maat !

Voor bedrijf en particulier.

Ramen, deuren, kozijnen incl.
compleet schilderwerk en beglazing

DE GLAZENWASSER

Roland Nieuwland
06 31 90 24 78

Ebenistendreef 130
6216 PS Maastricht



rolanddeglazenwasser@gmail.com

FYSIOHOLLAND KINDER- FYSIOTHERAPIE



ERVAART JE KIND PROBLEMEN MET (LEREN) SCHRIJVEN?
HEEFT JE KIND MOEITE MET RENNEN OF LOPEN?
KAN JE KIND MOEILIK MEEKOMEN MET DE GYMLES?

Bij FysioHolland werken gespecialiseerde kinderfysiotherapeuten die graag helpen bij de motorische ontwikkeling van kinderen wanneer dit nodig is.

Meer weten of afspraak maken?
Scan de QR code.

FYSIOHOLLAND HELPT JE IN BEWEGING.



fysioholland.nl



Evi van Goor
Oncologieysiotherapeut

**FYSIO
HOLLAND
ONCOLOGIE
ZORG**

**Ervaart u klachten van vermoeidheid, pijn
of problemen met bewegen tijdens of na uw
oncologische behandeling?**

Als gespecialiseerd oncologiefysiotherapeut
ondersteun ik u graag bij het verbeteren van
uw kracht, conditie en dagelijks functioneren,
afgestemd op uw persoonlijke situatie.

**Neem gerust contact op of maak
eenvoudig een afspraak:**



FYSIOHOLLAND HELPT JE IN BEWEGING.

06 43 41 87 64
e.vangoor@fysioholland.nl
Dousbergweg 4 Maastricht

CAMERAWANDELING



20 jaar geleden liep ik door het Boschstraatkwartier waar ze begonnen met de renovatie van de hele volksbuurt. Ik had het boek *Jo de Mommer* geschreven en voelde me als kind in huis. Maar ik wilde nog meer zien en schrijven. Het Landbouwbelang zag er uitdagend uit. Ik ben aan de achterkant gaan kijken en geloofde mijn ogen niet. De fabrieksmuren waren veranderd in kunstwerken. Graffiti, muurschilderingen, wantdecoraties. Prachtig om te zien. Maar ik vond de omgeving eng en was erop voorbereid dat ze me zouden overvallen. Want landlopers en meer van dat soort gasten hokten in het verlaten fabrieksgebouw. Ik ben als een bordeelsluiper in de vervallen villa gaan kijken aan de voorkant, naast het fabriek. Waar een oude rode auto, een Franse auto 'de éénd', stond met een piratenvlag.

Huub Reinders

STRAATNAMEN

ZWAARDVEGERSDREEF

De Zwaardvegersdreef ligt in de wijk Belfort. Er staan 22 huizen die in 1965 gebouwd zijn.

Volgens het *Woordenboek der Nederlandse Taal* is een zwaardveger een 'ambachtsman die zwaarden en andere wapens schoonmaakt, polijst, in orde brengt, vervaardigt of verkoopt; wapensmid'. De zwaardvegers behoorden in het middeleeuwse Maastricht tot het grofsmeden ambacht. In de Middeleeuwen vond een specialisatie plaats, de wapensmid maakte niet meer het hele wapen maar verzorgde alleen het smeedwerk. Het harden van het staal werd de taak van de harder. En het slijpen en afwerken werd het werk van de zwaardveger. 'Vegen' betekent hier 'scherp maken, slijpen'. En wie wel eens op een slijpsteen een mes geslepen heeft weet dat je dat doet door het lemmet met een soepele beweging langs de steen te 'vegen'. Door uitbreiding van het slijpwerk met het samenstellen van de diverse delen van het wapen tot één geheel en het afwerken daarvan, werd zwaardveger een zelfstandig beroep en ontstonden er beroepsverenigingen, ofwel gildes. En uit dat 'samenvoegen' valt een andere verklaring voor de naam 'zwaardveger' af te leiden: 'Fügen' is Duits voor samenvoegen. Een 'Schwertfüger' is dan de ambachtsman die uit lossen onderdelen een zwaard 'zusammen fügt'.

Het wapensmeden gilde in Maastricht telde in de 16e eeuw 14 leden, maar in de 17e eeuw groeide dit aantal explosief naar 118 leden. De Maastrichtse wapensmeden specialiseerden zich vooral in de productie van militaire pistolen en geweren. Ze vormden door de eeuwen heen een hechte gemeenschap.

Mocht je zelf het zwaard ter hand willen nemen dan is er het Historisch Schermgilde Limburg. Daar doen ze aan: HEMA. Ofwel Historical European Martial Arts, aan de hand van historische geschriften van zwaardmeesters uit de middeleeuwen en renaissance worden oude Europese vechtradities opnieuw bestudeerd, geïnterpreteerd en tot leven gebracht.

Tonnie Wierikx

V A R I A

GEZOND DE SEIZOENEN DOOR: DE HERFST

Het is herfst. De wind blaast de herfstbladeren door de straten van onze wijken. In de herfst is er genoeg keuze uit heerlijk fruit. Wat dacht je van appels? Je kunt er allerlei lekkere dingen mee maken in de keuken. Zo kun je zelf appelmoes maken. Dit kan eventueel zonder suiker als je dat fijn vindt. Een snuf kaneel zorgt voor een warme toevoeging. Maar ook kun je voor jezelf, je gezin of bezoek een herfstige appeltaart maken. Je keuken zal heerlijk ruiken als de appeltaart in de oven staat.



In de herfst kun je genieten van frisse lucht en prachtige kleuren. Buiten bewegen kan op veel manieren (en gratis) in onze mooie stad. Want ook in de herfst heeft onze stad veel moois te bieden. Maak bijvoorbeeld een wandeling in jouw buurt. En geniet zo van de herfstgeuren. Of kies voor een wandeling op en rondom de Sint Pietersberg: een prachtig natuurgebied in onze stad. Ga zelf op pad of vraag familie of buurtgenoten mee. Dat is ook nog eens gezellig!

Dit seizoen nodigt ook uit om binnen knus te ontspannen. En ontspanning draagt weer bij aan je welzijn. Zo kun je het binnen gezellig maken. Dat kan bijvoorbeeld met kastanjes en dennenappels die je in jouw wijk of in het bos vindt. Of ga gezellig langs bij het tuincentrum, daar kun je bijvoorbeeld een decoratieve pompoen of andere mooie herfstdingen vinden voor in je huis. Zo kun je optimaal genieten van dit mooie seizoen!

Janneke Clemens



Betrouwbaar. Betrokken. Bekroond.



**Uitstekende
makelaar 2024!**



043 - 325 4816



www.davecrolla.nl



info@davecrolla.nl

**Onze klanten beoordelen
ons met een 9,9 ★★★★★**

Meer dan 550+ beoordelingen