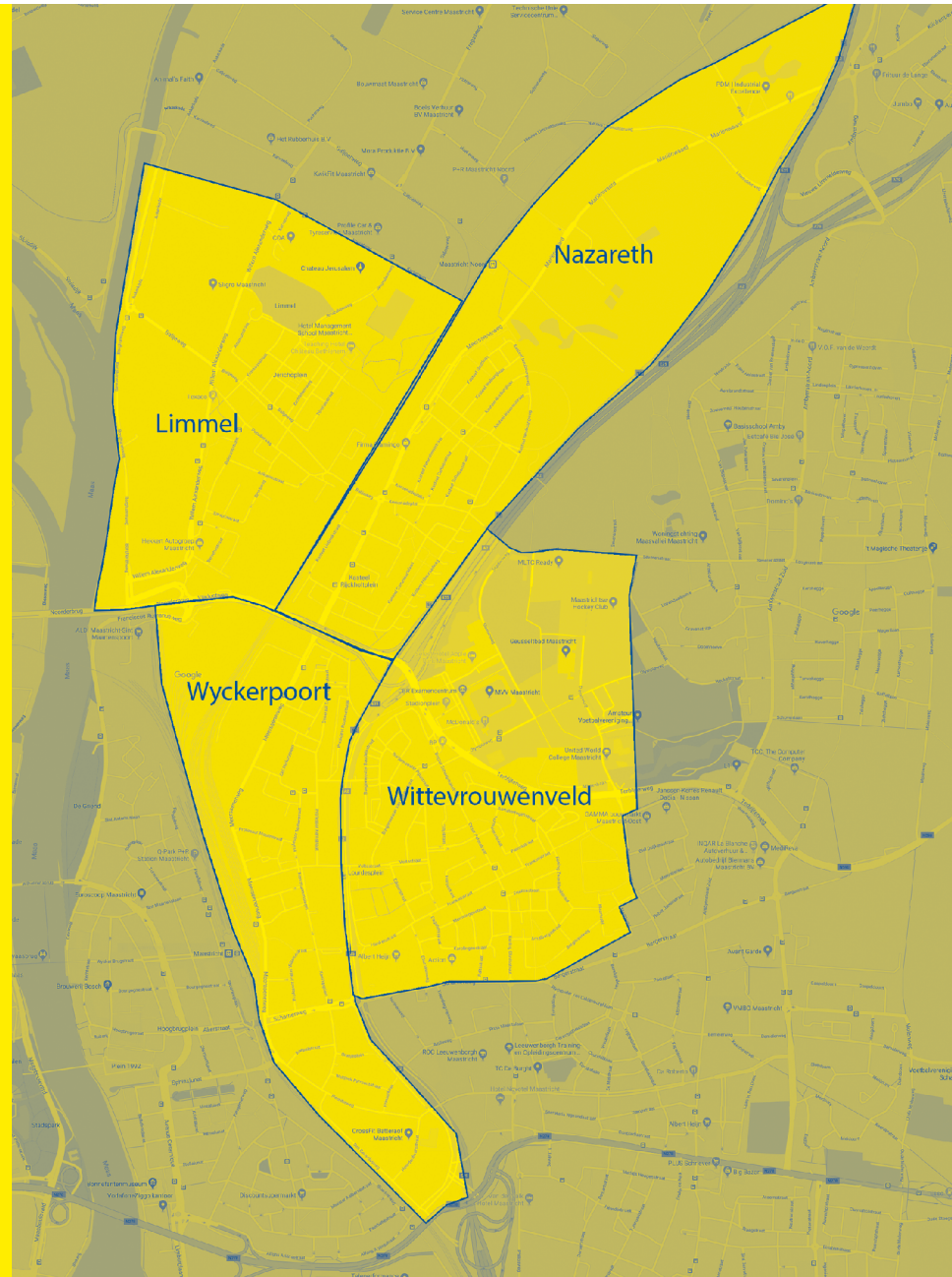


Activiteiten in en om Wittevroutenveld, Wyckerpoort, Limmel en Nazareth



Inhoud

Bewegen en Eten	4
Om hulp vragen	8
Wil je iets leren?	11
Wonen en woonomgeving	13
Hobby en vrijwilligerswerk	16
Dagelijks leven organiseren	20
Kinderen, tieners, jongeren, ouders	23
Zingeving	26
Adressen	27
Meldkaart	28
Ruimte voor notities	28



Wyckerpoort, Wittevrouwenveld, Nazareth en Limmel

In deze wijken draait alles om de mensen die hier wonen. We kunnen niet zonder elkaar en blijven elkaar ontmoeten. Daar waar mensen samen komen ontstaan vaak de mooiste dingen, nieuwe ideeën, oplossingen en vriendschappen.

Ontmoetingen vormen een rode draad in ons leven.

In onze wijken zijn er steeds weer mensen die zich inzetten om deze ontmoetingen mogelijk te maken. Denk aan buurtnetwerken, buurtplatforms, vrijwilligers, betrokken buurtbewoners en ook u als buurtbewoner die met een vriendelijk praatje of luisterend oor al het verschil maakt voor iemand. Iemand het gevoel geeft erbij te horen en de moeite waard te zijn!

In deze gids willen we graag laten zien waar en waarmee we elkaar allemaal kunnen ontmoeten in onze wijken. U zult verbaasd zijn over alle plekken waar je terecht kunt. Het gaat om activiteiten die bedoeld zijn voor iedereen van jong tot oud, en plekken waar je met een vraag terecht kunt.

Wilt u meer weten over een activiteit, pak dan gerust de telefoon en bel de genoemde contactpersoon (of stuur een e-mail). Ze geven u heel graag meer uitleg en helpen u verder op weg. Een gratis proefles is vaak mogelijk zodat u kunt uitproberen of de activiteit bij u past. En financiële ondersteuning kan tot de mogelijkheden behoren, vraag er even naar.

Heeft u zelf een idee om de buurt met anderen nog leuker te maken, wilt u iets opstarten maar zou u daar graag hulp bij hebben dan horen we graag van u! Samen staan we sterk in de buurt en maken we er wijken van waarin iedereen zich thuis mag voelen en we er voor elkaar zijn van jong tot oud!

Buurtnetwerk Wittevrouwenveld en Trajekt

Heeft u correcties of aanvullingen op het Gele Boekje? Stuur dan een mail naar Marjolein Luimes. marjolein.luimes@trajekt.nl

Hoe gaat het met jou?

Hiernaast zie je een spinnenweb staan, opgebouwd uit verschillende onderdelen van (positieve) gezondheid. Elk onderdeel gaat over belangrijke thema's in jouw leven. Door het onderstaande schema in te vullen, kun je zien hoe je vindt dat het met je gaat.

Hoe werkt het spinnenweb?

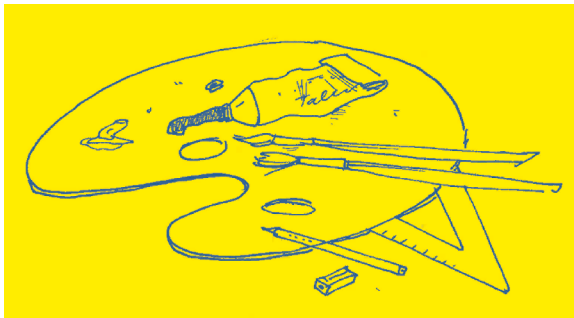
Elke onderdeel van jouw gezondheid geef je een cijfer tussen de 0 (heel slecht) en 10 (ontzettend goed). Dit cijfer schrijf je vervolgens op de stippellijn van het bijbehorende lege vakje. Om een goed beeld te krijgen van hoe het met je gaat, raden we je aan om alle vakjes in te vullen.

In dit boekje vind je heel veel activiteiten in de buurt die jou op een positieve manier kunnen helpen bij de gezondheidsonderdelen die je graag wilt verbeteren.

Contact

Wil je liever samen met iemand dit spinnenweb invullen en/of er graag met iemand over praten? Neem dan gerust contact op via telefoonnummer. 06-21154697. Of loop binnen bij 'De inleup' van het WijkservicePunt op dinsdag van 14.00 - 16.00u en donderdag van 09.00 - 12.00u.

Wij helpen je graag!



MIJN POSITIEVE GEZONDHEID

Dagelijks functioneren
Cijfer:

- Zorgen voor jezelf
- Je grenzen kennen
- Kennis van gezondheid
- Omgaan met tijd
- Omgaan met geld
- Kunnen werken
- Hulp kunnen vragen

Lichaamsfuncties
Cijfer:

- Je gezond voelen
- Fitheid
- Klachten en pijn
- Slapen
- Eten
- Conditie
- Bewegen

Mentaal welbevinden
Cijfer:

- Onthouden
- Concentreren
- Communiceren
- Vrolijk zijn
- Jezelf accepteren
- Omgaan met verandering
- Gevoel van controle

Meedoen
Cijfer:

- Sociale contacten
- Serieus genomen worden
- Samen leuke dingen doen
- Steun van anderen
- Erbij horen
- Zinnvolle dingen doen
- Interesse in de maatschappij

Zingeving
Cijfer:

- Zinnig leven
- Levenslust
- Idealen willen bereiken
- Vertrouwen hebben
- Accepteren
- Dankbaarheid
- Blijven leren

Kwaliteit van leven
Cijfer:

- Genieten
- Gelukkig zijn
- Lekker in je vel zitten
- Balans
- Je veilig voelen
- Hoe je woont
- Rondkomen met je geld

Spinnenweb

0 2 4 6 8 10

MENTAAL WELBEVINDEN

ZINGEVING

MEEDOEN

KWALITEIT VAN LEVEN

LICHAAMSFUNCTIES



Bewegen en Eten

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Aonsjuive. maandelijkse maaltijd voor senioren in Nazareth, 6 euro pp	Buurtcentrum Nazareth	Vrijdag	16.30-17.00		Voraf aanmelden. 06-43137921
Diverse aquasporten	Geusseltbad	Maandag t/m zaterdag	Diverse tijden en prijzen	Geusseltbad	043-350 4500 en/ of info@maastrichtsport.nl
Badminton, gratis	Sporthal Geusselt Gymzaal Limmel	Woensdag Dondedag	18.00-19.00 18.00-19.30	Richard Bastings	14043 www.maastrichtsport.nl Voraf aanmelden niet nodig
Bewegen, diverse activiteiten			13.00-14.00		www.maastrichtsport.nl
Bewegen voor vrouwen, gratis	Trefcentrum	Maandag	13.00-14.00		Voraf aanmelden niet nodig.
Bewegen voor vrouwen 55+, gratis	Sporthal Geusselt Noord		13.00-14.00 (november tot en met februari niet in Sportpark Geusselt maar in gymzaal Scharn 2)		Voraf aanmelden niet nodig.
Bodytraining, gratis	Gymzaal Scharn 2	Donderdag	11.00-12.00		Voraf aanmelden niet nodig.
Boksclub Mariënwaard	Verhaegen Sports Gym Kasteel Schaloeënstraat 15A			Chantalle van Poppel-Verhaegen	06-5227 7149 www.verhaegensports.nl
Parkinsonboksen in combinatie met valpreventie in verband met de balans	Verhaegen Sports Gym Kasteel Schaloeënstraat 15A	Dinsdag Zaterdag	17-18.00 10.00-11.00	Chantalle van Poppel-Verhaegen	06-5227 7149 www.verhaegensports.nl
Buitengewoon fit, gratis	Sportpark Geusselt Noord	Maandag Donderdag	10.00-11.00 13.00-14.00	Richard Bastings	Voraf aanmelden niet nodig.
Chikira Sportschool Fitness en Bodybuilding, Thais- en Kickboksen	Meerssenerweg 61B				043-3621648_of 06 5754 4515. chikara-1@hotmail.com www.facebook.com/sportschoolchikara
Dansen en ontmoeten voor senioren	Diverse buurthuizen	Za. of zo., zie website	's middags of 's avonds	Wiliam Bartels	
Douwtrapwandelingen, start Lourdeskerk, gratis, gift altijd welkom.		8x per jaar Voor datums klik hier	07.00-09.00	Pastoor/ Pastorie	043-3634348 Voraf aanmelden niet nodig.





Bewegen en Eten

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Fitness met lage intensiteit, gratis	Sportpark Geusselt Noord	Maandag	15.30-16.30	Richard Bastings	14043 www.maastrichtsport.nl
Fietsen alle jaren, samen met de riksja op pad. Voor mensen die niet meer zelfstandig kunnen fietsen.					06-5311 3280 fajmaastricht@gmail.com
Geusseltsport voetbal	Sportpark Geusselt Noord	Maandag t/m donderdag, zaterdag, zondag	Vanaf 17.00, jeugd vanaf 19.00, volwassenen vanaf 09.00	John Lemaire	06 1192 0178 johnlemaire067@gmail.com www.geusseltsport.nl 043-3622080.
Gymgroep	Buurtcentrum Nazareth	Donderdag	09.45-10.45	Lili Evers	043-3649411
Gymclub "t Mag"	Buurtcentrum Nazareth	Maandag	19.30-20.30	Marielle Bessems	06-25434345
Gyminstuif, gratis	Sportpark Geusselt Noord	Maandag	16.00-17.00	Richard Bastings	Voraf aanmelden niet nodig.
Gymnastiek senioren 70+, gratis	Gemeenschapshuis kapelaan Lochtmanshuis Limmel Buurtcentrum Nazareth	Dinsdag	13.30-14.30		Voraf aanmelden niet nodig.
		Donderdag	09.45-10.45		
Kookgroep Fysio Zuyd. samen koken en eten	Fysio Zuyd, Kasteel Schaloenstraat 35	Donderdag	vanaf 10.00		Aanmelden bij Vera Berghmans 043-3510800 (of binnenlopen)
Kruidenpluktuin. gratis kruiden plukken (wel goede schaar meenemen)	Bij de sporttoestellen naast de Oranjeflat	Derde woensdag van de maand			
Maastrichtse Twirling Stars	Kapelaan Lochtmanhuis	Woensdag	19.00-21.00	Manuele Keuten Linda Fernandez	06-53217874 06-18352261
Participatiehuis, gratis brooduitgifte	Burg. Bauduinstraat 112	Dinsdag Vrijdag	11.45 -12.30		
Participatiehuis	Burg. Bauduinstraat 112	Dinsdag, Woensdag Donderdag	08.30-10.30		





Bewegen en Eten

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Resto van Harte € 8,- voor 3 gangen, minima € 5,-	Trefcentrum	Vrijdag	18.00-20.00		Aanmelden www.restovanharte.nl of bel T 0900 900 3030 van maandag tot en met vrijdag tussen 9.00 en 12.30 uur (0.35 cent per gesprek plus gebruikelijke belkosten)
Run for fun, gratis	Sportpark Geusselt Noord	Woensdag Zaterdag	18.00-19.30 09.00-10.30		Vooraf aanmelden niet nodig.
Scootmobielroutes. gratis scootmobielroutes in en rondom Maastricht	In en om Maastricht	Verkrijgbaar o.a. in het Trefcentrum			Facebook maastrichtvooredereen.nl
Sportief wandelen, gratis	Sportpark Geusselt Noord	Dinsdag	09.30--11.00		Vooraf aanmelden niet nodig.
Stichting Gouden Uren. gezellige middagen voor senioren	De Kern, Prof. Kernstraat 7				info@goudenurenmaastricht.nl www.goudenurenmaastricht.nl
Tai-Chi beginners, gratis	Gymzaal De Letterdoes	Vrijdag	09.00-10.00		Vooraf aanmelden niet nodig.
Tai-Chi gevorderden, gratis	Gymzaal De Letterdoes	Vrijdag	10.00-11.00		Vooraf aanmelden niet nodig.
Twirling Stars, 1. uur. Contactpersoon, tel. . Informatie. mts96@live.nl of https://www.instagram.com/maastrichtsetwirlingstars	Kapelaan Lochtmanhuis Limmel	Woensdag	19.00-21.00	Linda Fernandez	06-18352261 mts96@live.nl www.instagram.com/maastrichtsetwirlingstars
Vivas Gym, Muay Thai en conditietraining	Scharnerweg 44	Maaandag t/m zondag		Irwin Vivas	06-29296416 www.vivasgym.nl info@vivasgym.nl
Volksdansen senioren 70+, gratis	Kapelaan Lochtmanhuis	Maandag	12.30-13.30		Vooraf aanmelden niet nodig.
Volleybal, gratis Wel is enige ervaring met volleybal gewenst.	Gymzaal Scharn 1	Dinsdag	19.30-21.00		Vooraf aanmelden niet nodig.
Yoga	Sacristie OLV van Lourdes	Maandag	10.00-11.00	Informereren in de pastorie	043-3634348
Yoga (hatha yoga), gratis	Gymzaal de Letterdoes	Dinsdag	10.00-11.00		Vooraf aanmelden niet nodig.





Bewegen en Eten

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Yoga Aruna, diverse tarieven, gratis proefles	Frankenstraat 122	Diverse lestijden van maandag tot en met zondag		Tanja van der Kooij	06-1515 1180 info@aruna-maastricht.nl www.aruna-maastricht.nl
Zorgzwemmen voor mensen met reuma. Losse les € 6,05 en voor 65+ € 5,35. Meerbadenkaart met korting. Voor aanmelden of informatie, zie kopje boven bij activiteit.	Geusseltbad	Donderdag	09.00 -10.00		www.geusseltbad.nl/zorgzwemmen-reuma
Zorgzwemmen obesitas Losse les € 6,05 en voor 65+ € 5,35. Meerbadenkaart met korting	Geusseltbad	Woensdag	13.00-14.00		043-350 4500 www.geusseltbad.nl/zorgzwemmen-obesitas
Zwemles voor volwassenen. en 1 uur	Geusseltbad	Woensdag Zaterdag	18.00 -18.45 11.00-11.45		Aanmelden noodzakelijk via www.geusseltbad.nl/zwemles-volwassenen
Zwemplezier voor volwassenen met verstandelijke beperking, Kosten € 30,- per maand	Geusseltbad	Vrijdag	09.00-19.45	M. Hollanders	Aanmelden m.hollanders@radar.org





Om hulp vragen

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
AA bijeenkomsten, voor anonieme alcoholisten	Buurthuis 't Vrouweveld	Woensdag	19.30-22.00		06-55374117 www.vrouweveld.nl
AanZet, begeleidde hulpgroep, gratis	Verbeteren gezinssituatie met thuiswonende 18-24 jarige(n)	Aanmelden		Trajekt	043-7630000 vincent.frenken@trajekt.nl
ACT training, omgaan met stress en problemen	Trajekt in Hoeskamer Limmel	Woensdag	10.00-12.00	Hester Hoeksma	06-21591181 hester.hoeksma@trajekt.nl
AGOG zelfhulpgroep voor anonieme gokverslaafden	Buurthuis 't Vrouweveld	Maandag	20.00-21.30	Piet van Zwanenburg	06-55374117
Algemeen Maatschappelijk Werk Trajekt	Trefcentrum	Maandag t/m vrijdag	Op afspraak		043-7630010
Anonieme Alcoholisten zelfhulpgroep (AA)	Buurthuis 't Vrouweveld	Dinsdag Woensdag	20.00-21.30 20.00-21.30	Piet van Zwanenburg	06-55374117
Begeleide omgangregeling. Een vrijwilliger helpt gescheiden ouders bij het afspreken én nakomen van een omgangsregeling.	Heugemerveld	Aanmelden. in overleg	09.00-17.00		043-3560448 w.boosten@humanitas.nl
Belastingservice	Wijkservicepunt Edisonstraat 4 Trefcentrum	Woensdag Donderdag	13.00-17.00 09.00-12.00	Aleen op afspraak.	06-46355116
Buddyzorg, buddy's voor ernstig zieken	Vrijwilligers aan huis	In overleg		Marie-Louise Weerts	046-4208159 www.buddyzorglimburg.nl
Buurtbemiddeling, hulp bij conflict met burens	Vrijwilligers aan huis	In overleg			06-52651647 www.buurtbemiddeling-maastricht.nl info@buurtbemiddeling-maastricht.nl
Buurtgezinnen, steun van een gezin uit de buurt	Vrijwilligers aan huis	In overleg		Delina Overdijk	06-18596848 delina@buurtgezinnen.nl
Home-Start 043, voor jonge ouders	Vrijwilliger aan huis	In overleg		Cindy Buttiens	06-27072675 cindy.buttiens@trajekt.nl
Humanitas	Vrijwilliger aan huis	In overleg			043-3560448 maastricht@humanitas.nl
Humanitas, maatjes voor taal, financiën, eenzaamheid	Huisbezoek	In overleg			043 356 0448 maastricht@humanitas.nl
Jongeren buurtbemiddeling	Jonge vrijwilligers bemiddelen bij conflicten	In overleg			06-54783095





Om hulp vragen

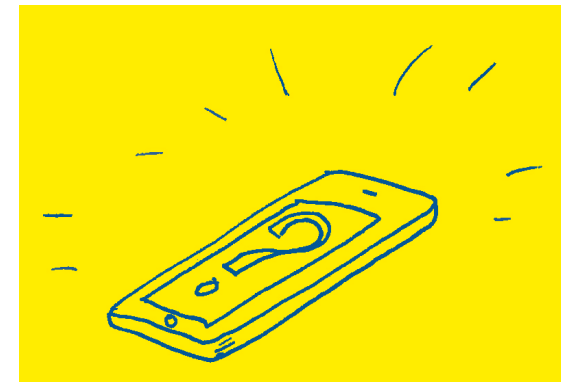
Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Kindpakket, financiële hulp voor kinderen					www.gemeentemaastricht.nl/kindpakket
Kredietbank Limburg - Spreekuur	Schaloenstraat 54	Maandag	09.00-12.00	Kredietbank Limburg	045-5605705
De Luisterlijn	24/7, dag en nacht een luisterend oor, bereikbaar voor een vertrouwelijk gesprek		Chatten of mailen is ook mogelijk. T 088-0767 000. Het is gratis. Jouw provider brengt alleen de gebruikelijke belkosten in rekening		
Maatschappelijk Werk	Wijkservicepunt Edisonstraat 4 WVV	Donderdag	09.00-12.00		
Mindfulness, cursus	Trajekt	8 lessen		Suus Simons	043-4091524 suus.simons@trajekt.nl
Narcotics Anonymous (NA), voor anonieme verslaafden	Buurthuis 't Vrouweveld	Zondag	20.00-21.30	Piet van Zwanenburg	06-55374117
Samen delen, begeleidde hulpgroep	Rouwverwerking	Op aanvraag		Monique Bleeker Anja Schulpen	043-7630010 monique.bleeker@trajekt.nl anja.schulpen@trajekt.nl
Schuld- en budgetbuddy	Vrijwilliger aan huis	In overleg		Talitha Coenen	06-47662812 contact@maastricht.schuldhulpmaatje.nl schuldhulpmaatje.nl/maastricht
Sociaal Team Wyckerpoort en Wittevrouwenveld De eerste stap bij ondersteuning als het wat minder gaat.	Wijkservicepunt Edisonstraat 4				06-27850504 www.sociaalteammaastricht.nl , facebook.com/sociaalteamwitevrouwenveld-wyckerpoort
Sociaal Team Limmel en Nazareth Voor vragen waar u zelf niet uitkomt	Kasteel Schaloenstraat 54		Op afspraak		06-46003624 www.sociaalteammaastricht.nl
Steunpunt Mantelzorg	Vrijwilliger aan huis	In overleg			043-3215046 info@mantelzorgzuid.nl
Stichting MEE	Hulp voor mensen met een beperking	In overleg			088-010-2222
Trajekt, belastingsservice	Wijkservicepunt Edisonstraat 4	Woensdag Donderdag	13.00-16.00 09.00-12.30	Lucien Claessens Fons Ceha	06-57954925 06-57954925





Om hulp vragen

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Vragen en formulieren,	Wijkservicepunt Edisonstraat 4 in Trefcentrum	Dinsdag Donderdag	14.00-16.00 09.00-12.00 en verder op afspraak	Claudia Winkens	06-46355116
Vragen en formulieren	Wijkservicepunt Edisonstraat 4	Dinsdag Donderdag	14.00 -16.00 u 09.00-12.00u en verder op afspraak		
WIA-WAO groep	Wijkservicepunt Edisonstraat 4	Dinsdag	14.00-16.00	Harry, Math,	043-7630030
Wijkagent	Wijkservicepunt Edisonstraat 4	Woensdag	13.00-15.00u (niet tijdens vakanties)		
WMO loket, vragen over hulp en zorg					14043





Wil je iets leren?

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Besma, voor vrouwen van 50+, activiteiten en voorlichting	Om de 2 weken afwisselend in Trefcentrum/ Buurthuis t Vrouweveld	Dinsdag		Sara	06-29103257
Beter lezen en schrijven	Trefcentrum	Maandag	10.00-12.00	Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Huiswerk maken	Burgemeester van Oppenstraat 123	Woensdag- en Donderdagmiddag			06-48017881 info.huiswerkondersteuning@gmail.com
Hulp bij gebruik computer	Trefcentrum	Woensdag	14.00-16.00	Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Marokkaanse Moeders	Buurthuis 't Vrouweveld	Vrijdagmiddag zondagmiddag	14.00-16.00 14.00-16;00		
Oefenen met Nederlands praten	Limmel, Emmausstraat 61	Dinsdag	10.00-12.00	Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Oefenen met Nederlands praten	De Kern Wyckerpoort	Woensdag	09.30-11.30	Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Oefenen met Nederlands praten	Trefcentrum	Donderdag	14.00-16.00	Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Omgaan met computer, tablet, telefoon	Trefcentrum	Woensdag	14.00-16.00	Rob van Bogaert Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Nederlandse taal verbeteren (op afspraak)	Trefcentrum Nazareth, Kasteel Schaloenstraat 54			Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Taalcafé	Trefcentrum	Donderdag	14.00-16.00	Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Taalcafé, vrije inloop	Trajekt in Hoeskamer Limmel	Dinsdag	10.00-12.00	Camiel Claassens/ Khuloud Alhanafi	camiel.claassens@trajekt.nl khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Taalles	Tajekt in Trefpunt Nazareth	Woensdag	Op afspraak		06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Taalondersteuning op afspraak	Trefcentrum	Dinsdag	14.00-17.00	Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl





Wil je iets leren?

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Taalspreekuur en hulp bij lezen en schrijven	Trefcentrum	Maandag	10.00-12.00	Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Workshops en vrij gebruik van werkplaatsen. hout, schilderen, boetseren, textiel	Het Werkhuis	Maandag t/m vrijdag, zie rooster op de website	09.00-17.00	Esther Janssen Yomme Hoevenage	043-7850384 www.werkhuismaastricht.nl info@werkhuismaastricht.nl
Zenmeditatie	Sacristie OLV van Lourdes	2 ^{de} en 4 ^{de} donderdag vd mnd	19.30-20.30	Mattie Jeukens	043-3825278





Wonen en woonomgeving

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Bewoners Overleg Commissie Nazareth (Woonpunt)	Behartiging van huurdersbelangen			Eugène Braken (voorzitter) May Voorjans (secretaris)	06-50433254 hbraken@hotmail.com 06-20797506 mvoorjans@ziggo.nl
Bewonerscommissie Limmel (Servatius)	Behartiging van huurdersbelangen				bewcommissie.limmel@gmail.com
Bewonerscommissie WVV noord	Behartiging van huurdersbelangen				bewonerscommissiewvvoord@gmail.com 06-47510007
Bewonerscommissie Wyckerpoort	Behartiging van huurdersbelangen			Tiny Lexis	06-11223336
Bewonersgroep Wyckerpoort Midden	Behartiging van huurdersbelangen				wyckerpoortmidden@gmail.com
Bewonerskrachten Servatius	Aanspreekpunt voor huurders			Joop Praster	bk.wittevrouwwenveld@gmail.com
BOC , contactpersoon	Kasteel Terwormstraat			May Voorjans	mvoorjans@ziggo.nl
Buurtbelangen Nazareth	Samenwerking van actieve buurtbewoners			Ted de Vrees (Voorzitter)	06-47340831 belangennazareth@outlook.com
Buurtbemiddeling, hulp bij conflict met burens					06-52651647 info@buurtbemiddeling-maastricht.nl
Buurtblad 't Peurtsje, Wyckerpoort		4x per jaar een uitgave	Kopij sturen naar		06-11223336 Clexis56@gmail.com
Buurtkrant Wittevrouwenveld	Trefcentrum		Kopij sturen naar		buurtkrantwvv@outlook.com
Buurtproat Limmel				Joke de Jong	redactie@limmel.nl
Buurtnetwerk Limmel	Samenwerking van actieve buurtbewoners				buurtraadlimmel@gmail.com
Buurtnetwerk Wittevrouwenveld	Trefcentrum	3-wekelijks op donderdag	09.30-11.30		info.buurtnetwerkwvv@gmail.com www.buurtnetwerkwvv.nl Vooraf graag aanmelden.
Buurtnetwerk Wyckerpoort	De Kern, Prof.Kernstraat 7	Openbare vergadering, elke tweede maandag van de maand	Vanaf 19.30		secretaris.wijckerpoort@gmail.com www.wyckerpoortmaastricht.nl
	De Kern, Prof.Kernstraat 7	Spreekuur vrijdag	10-12 uur		





Wonen en woonomgeving

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Buurtopbouwwerk Trajekt	Wittevrouwenveld/ Wyckerpoort				043-7630010
Buurtopbouwwerk Trajekt	Limmel/ Nazareth				043-7630010
Buurtpraat Limmel					redactie@limmel.nl
Buurttuin, samen moestuiniëren	Professor van Italliestraat	Woensdag	09.00-12.00	Leon Banser	06-30211630
Buurttuin, samen moestuiniëren	Dagobertstraat	Zaterdag	10.00-12.00	Li Jing	06-29378944
Informatie over vastgoed aan de Groene Loper					www.wonenaandegroeneloper.nl
Jongerenbuurtbemiddeling					06-52651647 info@buurtbemiddeling-maastricht.nl
Kapelaan Lochtmanhuis, ruimteverhuur	Populierweg 36	Iedere werkdag	10.00-12.00	Cindy Braeken	043-3636438 lochtmanhuis@ziggo.nl
Kringloop De Loods	Heerderdwarsstraat 47				06-58985898 info@kringloopdeloods.nl
Kruidentuin Oranjeplein		Maandag	10.00-	Marjolein Luimes	06-21154697 marjolein.luimes@trajekt.nl
Nazareth Info Maandelijks alle buurtinformatie				Heinz Braun	redactie-nazareth@outlook.com
Stadstuin De Greune Luiper	KPN terrein	Dagelijks afhankelijk van het seizoen			info.stadstuin.grluiper@gmail.com
Thuis in Maastricht, website voor buurtnieuws					www.thuisinmaastricht.nl redactie@thuisinmaastricht.nl
Vragen over Groene Loper				Gemeente	14043
Website Limmel	Alle buurtinformatie				https://limmel.nl redactie@limmel.nl
Wijkagent Spreekuur	Wijkservicepunt Edisonstraat 4	Woensdag	13.00-15.00		0900-8844
Woonpunt Wijkverbinder				Marjan Heuts	088-0506127





Wonen en woonomgeving

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Bridge De Burgh Bridge Instuif	Buurtcentrum Nazareth	Maandag Dinsdag Donderdag	20.00-23.30 20.00-23.30 13.30-16.30	Richard Bastings	14043 www.maastrichtsport.nl
Buur zoekt buur, burenhulp en -contact		In overleg		Cisca van de Meijs	06-22124661
Inloophmoment Trajekt	Hoeskamer Limmel	Dinsdag	10.00-12.00	Camiel Claassens	06-41764112 camiel.claassens@trajekt.nl
Buurttheater Nazareth	Trajekt Nazareth	Woensdag	10.00-12.00	Nel Knapen	06-52807596 nel.knapen@trajekt.nl
Creatief en ontmoeten. houtwerk, tekenen, schilderen, viltten, naaien, mozaïeken, boetsen	Het werkhuis Hunnenweg 4	Maandag t/m vrijdag, zie rooster op de website	09.00-17.00	Esther Janssen en Yonne Hoevenage	043-7850384 www.werkhuismaastricht.nl
CV De Braniemeekers	Limmel en Nazareth			Mw R Storms-Brüll	06-31288351 06-13917386 info@braniemeekers.nl www.braniemeekers.nl
CV De Braniemeekers	Limmel en Nazareth			Mw R Storms-Brüll	06-31288351 www.braniemeekers.nl
CV De Drommedarisse	Wittevrouwenveld en Wyckerpoort			F. Volkers	06-55130295 info@drommedarisse.nl
CV De Kakpepers	Nazareth			François Overhof	06-47340831 cvdekakpepers@gmail.com Facebook CV De Kakpepers
Damesvereniging Nazareth		Woensdag	20.00-23.30	Wilma Monfrance	043-3620811
"De Inloop", ontmoet je buren	Trefpunt Nazareth	Donderdag	10.00-12.00	Marjolein Luimes	06-21154697 marjolein.luimes@trajekt.nl
Drumband De Gele Ridders	Trefcentrum	Maandag	19.30-21.00	Jo van Hinsberg	06-36300532 info@harmoniedegelerijders.nl
Gewoon Gezellig Inloop	Trajekt in Hoeskamer Limmel	Maandag	10.00-12.00	Camiel Claassens	06-41764112 camiel.claassens@trajekt.nl
Handwerkclub in het restaurant	Koepelhof	Maandag	14.30-17.00		043-6314800
Happy koffie & thee Hour	Buurtcentrum Nazareth		14.00-16.30		
Harmonie De Gele Ridders	Trefcentrum	Dinsdag	19.00-24.00	Vincent Grummer	06-51273408 www.harmoniedegelerijders.nl
Hoeskamer van Lummel, kaarten & creatief	Emmausstraat 61	Donderdag	13.30-16.30	Camiel Claassens	06-41764112 camiel.claassens@trajekt.nl





Hobby, vrijwilligerswerk en ontmoeting

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Huiskamer De Kern	Wyckerpoort	Maandag	10.00-12.00	Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Inloopochtend	Trajekt in Trefpunt Nazareth	Donderdag	10.00-12.00	Marjolein Luimes	06-1154697 marjolein.luimes@trajekt.nl
Jeu de boules	Boulodrome Severenstraat 201				
Jeu de boules	Limmel, Jerichoplein	Zondag Dinsdag Donderdag	10.15-12.30 14.00-17.00 14.00-17.00		
Jeu de boules	Koepelhof	Maandag, donderdag, zaterdag	10.00-12.00 14.00-16.00 12.00-14.00		043-6314800
Jeu de boules	Sportpark Geusselt Noord	Donderdag	13.30-16.00	Richard Bastings	14043 www.maastrichtsport.nl
Jeu de boulesclub	Trefcentrum	Woensdag	19.00-21.30	Reng van de Put	043-3623447
Jeugddrumband WVV '28	Trefcentrum	Donderdag	18.00-20.00	Harold Pluijmen	06-22548930 www.jdbwv28.nl
Kaarten en creatief	Trajekt in Hoeskamer Limmel	Donderdag	13.30-16.30	Camiel Claassens	06-41764112 camiel.claassens@trajekt.nl
Kerkkoor OLV-Lourdeskerk	Sacristie OLV van Lourdeskerk	Dinsdag	19.00-21.00		
Kienen	Buurthuis 't Vrouweveld	Maandag	13.30-15.30	Marij Kreuts	06-10406948
Kienen in het restaurant	Koepelhof	Vrijdag	19.15-22.45		
Kienen op etage 3, rustig tempo, kleine groep	Koepelhof	Dinsdag	14.00-16.00		
Kienen Senioren Wittevrouwenveld	Trefcentrum	Dinsdag, donderdag	13.00-16.00 17.30-22.45	Seniorenvereniging	06-22548930
Kienen bejaarden- en invalidenvereniging	Kapelaan Lochtmanhuis	Woensdag	13.30-16.45	Netty Hufkens Agnes Schols Giel Willems	06-54256317 043-3611283 043-8517272 bivlimmel@ziggo.nl
Kienen Pikvogelere	Trefcentrum	Maandag	17.00-23.00	Ger Vroemen	
Kienen Trefcentrum	Trefcentrum	Donderdag	17.00-23.00	Jan Stegen	
Seniorenkienen		Dinsdag	13.30-16.30	Leo en Hannie Kuipers	





Hobby, vrijwilligerswerk en ontmoeting

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Kinderboerderij Limmel	Judeaweg 110A	Vrijdag t/m woensdag, donderdag gesloten	10.00-17.00	Anita Kraft	06-34112620 limmekinderboerderij@gmail.com
Klaverjassen/kaartclub DIATO	Kantine voetbalverenigin Geusselt	Dinsdagmiddag		Klaas Crins	06-33882371
Koffie- en inloopmiddag	Kunstketel	Woensdag	13.00-15.00	mw. Elhadoudi	06-86184113
Koffieheukske Nazareth	Schaloenstraat 54	maandag/ woensdag/ zaterdag	13.00-16.00		
Kunst en koffie	Kunstketel	Maandag	09.00-12.30	Jessie Dolmans	06-52474602
		Woensdag	09.00-12.30		06-33133940
		Donderdag	13.00-16.00	Jessie Dolmans	06-52474602
Lief & Leedstraten Nazareth				Marjolein Luimes	06-1154697 marjolein.luimes@trajekt.nl
Maandagmiddagclub	Trefcentrum	Maandag	14.00-16.00	Marianne Lucker Rob van Bogert	06-40739468 06-42059566
Maastricht Doet, website voor vrijwilligerswerk	Centre Ceramique			Germaine van Elewoud	043-7630000 info@maastrichtdoet.nl www.maastrichtdoet.nl germaine.v.elewoud@trajekt.nl
Maastrichtse Operette Vereniging	Kapelaan Lochtmanhuis	Donderdag	20.00-21.30	Peter van den Hove	www.movmaastricht.nl movmaastricht@hotmail.com
Restobar Mama. koffie/ spelletjes	Restobar Mama Oranjeplein 200	Dinsdag	10.00-12.00		secretaris.wyckerpoort@gmail.com
Mantelzorg café	Trefcentrum Wittevrouwenveld	Maandelijks	13.30-15.00	Joline Rose	06-57680081
Maos en Neker	BC Nazareth	Vrijdag	20.00-22.00	Bernadette Turkenburg	06-10932727
Ontmoetingsgroep	Kunstketel		09.00-12.30	Jos Slijpen	06-36296785
Ontmoetingswinkel	Adelbert v. Scharnlaan D5	Maandag t/m vrijdag	13.00-16.00		eline.boersema@legerdesheils.nl
Politiehondenvereniging Limmel				H. Mulkens	06-52303195





Hobby, vrijwilligerswerk en ontmoeting

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Samba band Bateria Volle Petaj	Kapelaan Lochtmanhuis	Maandag	20.00-22.00	Ruud Coolen	info@vollepetaj.com office@vollepetaj.com www.vollepetaj.com
Samba band Enthusiasta	Trefcentrum	Woensdag	19.30-22.00		
Same Oet, er zitten vrijwilligers waar je bij aan kunt schuiven	Brands Bierhuis, schuin tegenover het station	Laatste vrijdag van de maand	19.00-22.30	Cisca van de Meijs	06-22124661
Schaken (ook jeugdschaak)	De Geusselt Olympiaweg 68	Dinsdag	18.30-19.45 19.45-23.59	Hans Hoonstra	06-21826815
Schilderen	Kunstketel	Dinsdag	09.00-12.30	Bernie Plantaz	06-40120019
Schilderen en ontmoeten	Kunstketel	Dinsdag, Donderdag, Vrijdag	09.30-12.00 13.00-16.00 09.00-13.00	Manon Pachen	06-52807578 manon.pachen@trajekt.nl
Social sofa mozaïeken	Gymzaal Mariënwaard	Diverse dagdelen		Marjolein Luimes	06-1154697 marjolein.luimes@trajekt.nl
Stichting Biologische Tuinders Limmel 't Brook	Galjoenweg 2	Zaterdag	10.30-12.30	Bestuurslid aanwezig	043 8516095 moestuinen.nl/stichting-biologische-tuinders-limmel-maastricht
Stichting Gouden Uren, contact met andere senioren	Wittevrouwenveld en Wyckerpoort	Bijeenkomsten en huisbezoek (op verzoek)	In overleg		043-3111717 c.haasbeek@kpnplanet.nl info@goudenurenmaastricht.nl
Stichting 't Terwörmke, burenhulp en activiteiten	Nazareth			Jos Haegmans	jos.haegmans@gmail.com
Taalcafé	De Kern, Prof. Kernstraat 7	Woensdag	09.30 -11.30	Khuloud Alhanafi	06-55695249 khuloud.alhanafi@trajekt.nl
Theaterhuis, toneelgroep	Het Werkhuis	Dinsdag	14.00-16.00	Miloud Chahboun	info@werkhuismaastricht.nl
Toneelgroep Lummel	Kapelaan Lochtmanhuis	Dinsdag	19.30-22.15	Harry van den Blink	043-3613818/ 06-29097202 toneelgroepplummel@ziggo.nl
Toonkunstkoor	Trefcentrum	Zaterdag	09.45-12.00	Ton Heemskerk	06-24598225 toonkunstkoormaastricht@hotmail.com
Visclub Limmel, ook leuk voor jeugd	Vijver Bethlehempark			Horrie Gerards	043-8515510
Vrouwengroep	Buurthuis 't Vrouweveld	Zondag	14.00-16.00		06-386334641 www.vrouweveld.nl





Hobby, vrijwilligerswerk en ontmoeting

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Werkhuis				Esther Janssen Yomme Hoevenage	info@werkhuismaastricht.nl
Zaank en Kemedievereniging Maos en Neker	Clublokaal LTV Heugem	Vrijdag	20.00-22.00	Bernadette Turkenburg	06-10432727 www.movmaastricht.nl
Zangkoor Les Dames Blanches	Buurthuis 't Vrouweveld	Donderdag	10.30-12.30	Lieke Borsboom	06-386334641 www.vrouweveld.nl
Zangkoor de Valentina's	Koepelhof, restaurant	Maandag	19.30-20.30 Vrije inloop		





Dagelijks leven organiseren

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Dress for Success, sollicitatiekleding, gratis. Ook voor mensen met een financiële achterstandsituatie die een eigen bedrijf starten, of in aanmerking willen komen voor een stage- of opleidingsplek.	Voltastraat 38	Maandag, dinsdag, donderdag.	Op afspraak		06-15548926, maastricht@dressforsuccess.nl www.dressforsuccess.nl/maastricht
Geinen Daank, wekelijks bezoek	Wekelijks bezoeken van alleenwonende ouderen	In overleg		Hans Bindels	06-10513441
Hulp bij keukentafelgesprek	Onafhankelijke ondersteuning	Maandag t/m vrijdag	08.30-12.30	MEE-Zuid Limburg Steunpunt Mantelzorg Trajekt	088-0102222 info@meezuidlimburg.nl https://meezuidlimburg.nl/
Klapperspreekuur in het WSP	Vragen over formulieren.	Woensdag	09.30-11.30		
Kredietbank	Schaloenstraat 54	Spreekur Maandag	09.00-12.00		





Dagelijks leven organiseren

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Match Maastricht (Stichting), studenten helpen middelbare scholieren die opgroeien in armoede door middel van bijles geven, coaching, plannen, etc.					info@matchmaastricht.nl www.facebook.com/matchmaastricht
Ouderontmoeting, voor opvoeders en ouders van babies en peuters	Speelpan Oost, Aartshertogenplein 25	Dinsdag	09.15-11.00u		
Participatiehuis	Burg. Bauduinstraat 112	dinsdag, woensdag donderdag	08.30-10.30		
Participatiehuis, Gratis brooduitgifte	Burg. Bauduinstraat 112	dinsdag vrijdag	11.45 -12.30		
Quiet Community, wil armoede verzachten en mensen versterken	Maris Stella	Maandag Vrijdag	10.00-12.0 13.00-15.00		06-10031360 maastricht@quiet.nl https://quiet.nl/quiet-maastricht/
Repair Café	Het Werkhuis	Elke laatste zaterdag v.d. maand Wekelijks donderdag	14.00-17.00 14.00-17.00		
Reparatie van fietsen en brommers	Dag Activiteiten Centrum	Maandag t/m donderdag	09.00-16.30		088-5069329
Ruil je Rijk; kinderkleding- en speelgoedbeurs	De Kern, Prof. Kernstraat 7	Elke eerste zaterdag van de maand	10-13 uur	Stephanie Engwegen	06-55695274 stephanie.engwegen@trajekt.nl
Service van Envida	Ledenkorting op diensten aan huis				043-3690610
Sociaal Team Voor Wyckerpoort en Wittevrouwenveld Voor vragen waar u zelf niet uitkomt	Spreekuur in het Wijkservicepunt Edisonstraat 4	Donderdag	09.00-12.00		06-27850504 www.sociaalteammaastricht.nl





Dagelijks leven organiseren

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Sociaal Team Voor Limmel en Nazareth Voor vragen waar u zelf niet uitkomt	Kasteel Schaloenstraat 54		Op afspraak		www.sociaalteammaastricht.nl
Stichting Ouders van Limmel, buurtactiviteiten voor kinderen				Netty Kicken Marie Kessels	06-43821207 oudersvanlimmel@gmail.nl https://www.facebook.com/groups/oudersvanlimmel
Stichting Vier het Leven Voor 65 plussers	Met een vrijwilliger naar een culturele activiteit	Volgens programma			035-5245156
Tweedehands kleding en zelfgemaakte cadeauartikelen	Dag Activiteiten Centrum	Maandag t/m woensdag Donderdag, vrijdag	09.00-16.30/ 09.00-11.30		088-5069328
Valpreventie voor 65+ in samenwerking met Gemeentesport	Fysio043, Frankenstraat 132A				043-3477877 www.fysio043.nl
Vragen over schoolzaken, opvoeden of jeugdactiviteiten	De Geluksvogel, spreek Shelly aan op het schoolplein	Dagelijks behalve woensdag	08.00-10.00	Shelly Hermans	06-46610039 shelly.hermans@trajekt.nl
Activiteiten voor bovenbouw basisschool	Trefpunt Nazareth			Lukas Strating	06-50213965 lukas.strating@trajekt.nl





Kinderen, tieners, jongeren, ouders

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Baby- en peuterinloop	Speelpan Oost	Dinsdagochtend	09.15-11.00 (niet in de schoolvakanties)	Suzanne Horbach	06-52 80 75 88 suzanne.horbach@trajekt.nl
Buddyzorg, buddy's voor tieners met obesitas				Marie-Louise Weerts	046-4208159 www.buddyzorglimburg.nl
KC Mosasaurus 4 tot 15 jaar	Gymzaal KC Mosasaurus	Dinsdag	18.00-19.30	Jappie Petalo	06-34652615
Chatten over opvoeden/ www.cjg043.nl / maandag- en dinsdagavond/ 20.00-21.30/ Marjo Voeten/ 0611874161	www.cjg043.nl	Maandag- en dinsdagavond	20.00-21.30	Marjo Voeten	06-11874161 marjo.voeten@trajekt.nl
Credohuis, kleinschalige woonvorm voor dak- en thuisloze jongeren	Koning Clovisstraat 83			Mathijs Laan	043-8501427 maastricht@credohuis.com
Huiswerk maken	Trefcentrum	Woensdag- en donderdagmiddag		Rebecca Meier	06-48041019 rebecca.meier@trajekt.nl
Huiswerkbegeleiding voor basisschool groep 7 en 8, Stichting Lyvia	Basisschool de Letterdoes	Woensdagmiddag	Na school	Astrid Tichelaar	085- 0805787 info@lyvia.nl
In2yourplace, gezellige ontmoetingsplek voor jongeren tussen 16 en 27 jaar	Bogaardenstraat 35A	Maandag Donderdag	13.00-19.00 13.00-21.00	Janneke Swanink	06-15341869 www.in2yourplace.nl/ FB. In2Yourplace.kom
Je kind voorlezen	Speelpan Oost	Elke 3e woensdag van de maand	14.30 uur (niet in schoolvakanties)	Cindy Buttiens	06-27072675 cindy.buttiens@trajekt.nl
InBeeld, individuele begeleiding jongeren	Maastricht	Op afspraak	In overleg	Marielle Nolte Ingrid van Ommen	06-46610133 marielle.nolte@trajekt.nl 06-11874159 ingrid.v.ommentrajekt.nl
Jeugdactiviteiten	Verlengde schooldag De Geluksvogel	Donderdag	15.00-16.00	Erwin Hadzic	erwin.hadzic@trajekt.nl
Jeugddrumband WVV '28	Trefcentrum	Donderdag	18.00-20.00	Harold Pluijmen	06-22548930
Jongeren buurtbemiddeling	Jonge vrijwilligers bemiddelen bij conflicten	In overleg			06-54783095
Jongerenwerk/				Lukas Strating	06-50213965 lukas.strating@trajekt.nl





Kinderen, tieners, jongeren, ouders

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Kamers met Kansen, begeleid kamerwonen 18 tot 24 jaar	Maris Stella				www.kamersmetkansenmaastricht.nl/
KIES Coaching Hulp bij omgaan met scheiding van ouders				Stephan Janssen Saskia Vossen	06-55695282 06-20703886 www.cjg043.nl/aanmelden/
Kinder/jeugdwerk leuke wisselende activiteiten	Wittevrouwenveld Wyckerpoort Limmel Nazareth	FB Jeugdwerk Maastricht Oost	zie FB Pagina	Manon Pachten Chantalle Kanters Leon Backhuis	06-52807578 manon.pachten@trajekt.nl 06-31004684 chantalle.kanters@trajekt.nl 06-57927486 leon.backhuis@trajekt.nl
Kinderkunstgroep	Kunstketel	Maandag	16.30-17.30		06-52807578 manon.pachten@trajekt.nl
Koffielounge	De Geluksvogel	In de oneven weken	08:30-9:30	Marjo Voeten	06-11874161 Marjo.voeten@trajekt.nl
Kunstketel-kinderkunst	Kunstketel	Maandag	16.00-17.30	Manon Pachten	06-52807578 manon.pachten@trajekt.nl
Kunstketel-knutselen	Kunstketel	Dinsdag	16.00-17.00	Manon Pachten	06-52807578 manon.pachten@trajekt.nl
Kunstketel-muziekles	Kunstketel	Woensdag	Op aanvraag	Manon Pachten	06-52807578 manon.pachten@trajekt.nl
Kunstketel-nieuwe activiteiten				Manon Pachten	06-52807578 manon.pachten@trajekt.nl
Muziekworkshops	Kunstketel	Woensdag	14.30-15.30	Manon Pachten	06-52807578 manon.pachten@trajekt.nl
Open speelinloop (vol=vol)	Speelpan oost, Aartshertogenplein 25	Woensdag	14.00-16.00	Stephanie Engwegen	06-55695273 stephanie.engwegen@trajekt.nl
Opvoeden in twee huizen	Sproetenpad 20 (Speelpan West)	Cursus van 2 avonden		Anja ter Beek	06-11874162 anja.t.beek@trajekt.nl
Piep zei de muis cursus voor 4-7 jarigen en ouders	Bij stress en spanning thuis, 15 bijeenkomsten	Dinsdag	15.30-17.00	Sara Hautvast/ Anja ter Beek	043-7630000 sara.hautvast@trajekt.nl anja.t.beek@trajekt.nl
Rots en Water, weerbaarheidstraining				Hannah Mennens	rotsenwater@trajekt.nl Hannah.mennens@trajekt.nl
Ruil je rijk, kleding- en speelgoedruilbeurs	De Kern Wyckerpoort	Elke eerste zaterdag van de maand			ruiljerijkmaastricht@gmail.com





Kinderen, tieners, jongeren, ouders

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Samen Spelen, ouder-kind bijeenkomsten, gratis	Speelpan Oost	Woensdag	14.00-16.00	Marjo Voeten	06-11874161 Marjo.voeten@trajekt.nl
Scouting Titus Brandsma	Kasteel Neubourgweg 201	Zaterdag	14.30-17.00	Aanmelden of info via	06-22231873 www.titusbrandsmamaastricht.nl/
Speelgoedbank (met verwijzing van professional)	Sproetenpad 20 (Speelpan West)	Iedere 1e en 3e donderdag v.d. maand	15.00-17.00	Anja ter Beek	06-11874162 anja.t.beek@trajekt.nl
Speelgoedbank	Speelpan Oost	Elke 2e en 4e donderdag van de maand	15.00-17.00 (niet in de schoolvakanties)		
Spetterend kinderfeestje in Geusseltbad	Geusseltbad	Op afspraak		Aanmelden via	www.geusseltbad.nl/kinderfeestjes
Sporten na school	Cruyff Court	Woensdag (alleen in het voorjaar)	13.00-14.30	Info via	www.maastrichtsport.nl
Taal, muziek en beweging, kunstonderwijs voor 2.5 tot en met 12 jaar	Het Brede Spoor, Frankenstraat	Maandag t/m zaterdag		Marijk Greweldinger	06-81841228 info@hetbredespoor.com www.hetbredespoor.com
Velorium outdoorsports and bikepark	Maastrichterweg 7	Maandag t/m zaterdag	10.00-17.00	Sjef Eijmael	0642173454 sjef.eijmael@velorium.nl
Verhaegen Sport-Boxing	Kasteel Schaloenstraat 15a	Maandag Donderdag Zaterdag	18.30-19.30 18.30-19.30 13.00-14.00	Robert en Chantalle van Poppel-Verhaegen	043-3639605 06-52277149 verhaegensports@hotmail.com www.verhaegensports.nl
Vivas Gym, Muay Thai en conditietraining	Scharnerweg 44	Maandag t/m zondag.		Irwin Vivas	085-0609637 info@vivasgym.nl www.vivasgym.nl
Vragen over opvoeden	Koffielounge in de Geluksvogel	In de oneven schoolweken	08.30-09.30	Marjo Voeten	06-11874161 marjo.voeten@trajekt.nl
Zwemmen voor gezinnen met kinderen	Geusseltbad	Zondag	09.00-11.00	Geusseltbad	www.Geusseltbad.nl
Baptistengemeente Maastricht	Miradorplein 39 6222 TE Maastricht	Zondag	10.00-11.30		www.baptistengemeentemaastricht.nl
Begraafplaats Oostermaas en Mariakapel	Pastoor Jacobsweg 1 6226 VV Maastricht			Dhr. P. Drummen	043-3636065





Zingeving

Activiteit	Plaats	Dag	Tijd	Contactpersoon	Telefoon/ web/ mail
Evangeliegemeente De Deur Maastricht	Dolmansstraat 4, 6222 EC Maastricht				www.evangeliegemeente-de-deur-maastricht.webnode.nl
Franciscaanse voettochten					www.franciscaansevoettochten.nl
Lighthouse Christelijk Centrum	Aartshertogenplein 1 6226 XZ Maastricht	Elke 2e en 4e zondag van de maand	14.00		www.lighthouse-maastricht.nl
Parochie OLV van Lourdeskerk	Edisonstraat 2 6224 GK Maastricht	Missen. zie website			043-3634348 www.lourdeskerkmaastricht.net
Parochie H. Familie, Parochiecentrum,	Edisonstraat 2 6224 GK Maastricht				043-3634348
Parochie H. Guliëlmus, Parochiecentrum	Edisonstraat 2 6224 GK Maastricht				043-3634348
Parochie H. Hart van Jezus, Koepelkerk	Heerderweg 1 6224 LA Maastricht				www.koepelkerk.net



Adressen

Buurtcentrum Nazareth	Miradorplein 39	043-3632700
Buurthuis 't Vrouweveld	Burgemeester van Oppenstraat 123	
Buutpark (met jeu de boulesbaan)	Edisonstraat 4, achter het Trefcentrum	
CNME (Centrum voor Natuur en Milieu educatie)	Capucijnenstraat 21-C19	043-3219941
Cruyff Court	Old Hickoryplein	
Dagactiviteiten Centrum	Frankenstraat 172A	088-5069328
Buurthuiskamer De Kern	Prof. Kernstraat 7	043-7630000
Fietsbank	Zoetmanstraat 75	043-7501635
Geusseltbad	Discusworp 4	043-3504500
Gymzaal De Letterdoes	Old Hickoryplein 100	043-3623796
Gymzaal Limmel	Balijeweg 101	
Gymzaal De Regenboog	Koning Zwentiboldstraat	
Hoeskamer Limmel	Emmausstraat 61	06-51408406
Kamers met Kansen	Aartshertogenplein 24	043-3629612
Kapelaan Lochtmanhuis Limmel	Populierenweg 36	043-3625822
Kindcentrum Mosasaurus	Old Hickoryplein 100	043-3623796
Koepelhof	Koepelstraat 84	043-6314800
Maris Stella	Aartshertogenplein 24	
Kunstketel	Frankenstraat 140	
Sacristie OLV van Lourdeskerk	Edisonstraat 2	043-3634348
Speelpan Oost	Aartshertogenplein 25	06-11874161 06-21702427
Sportpark Geusselt Noord	Olympiaweg 18	
't Koffieheukske	Kasteel Schaloenstraat 54	
Trefcentrum Wittevrouwenveld	Edisonstraat 4	043-3621176
Het Werkhuis	Hunnenweg 4	043-7850384
Wijkservicepunt Maastricht Noordoost	Edisonstraat 4	043-3621176

Meldkaart

Wat kan ik melden?

Waar kunt u met een melding terecht?

**Spoed of direct
hulp nodig?**

Spoedgeval: 112
Dieren in nood: 144



**Verdachte
situatie, maar
geen spoed?**

Politie: 0900 88 44
Meld Misdaad Anoniem:
meldmisdaadanoniem.nl
of 08 00 70 00



**Overlast of
iets kapot?**

Gemeente Maastricht:
MijnGemeente App of 14 043

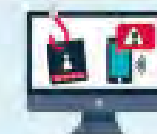
Meer info vindt u ook via
gemeentemaastricht.nl/lets-melden

lets kapot: bankjes, verlichting, speeltoestel,
riool, stoeptegels, wegdek, vandalisme,
overlast: geluid, stank, verkeer, personen, dieren,
drugs, afval, intensieventreiniging, bouwval



**Digitaal
opgelicht?**

Fraudehulpdesk:
fraudehulpdesk.nl
of 088 786 73 72



**Problemen
in gezin of in
omgeving?**

Sociaal team:
sociaalteammaastricht.nl
of 14 043

Zorg, wonen, werk, geld, eenzaamheid



**Geweld in
gezin of in
omgeving?**

Veilig Thuis: 08 00 20 00 of
chat (anoniem) via veiligthuis.nl
Huishelijk geweld/kindermisstanding

Centrum seksueel geweld:
0800 01 88 of chat (anoniem)
via centrumseksueelgeweld.nl
Seksueel geweld



