



## Urban cultuur groeit in Parkstad

Steeds meer jongeren in Parkstad doen aan urban sporten en cultuur. Denk aan skateboarden, steppen, straatvoetbal en dans. Dit helpt hen om creatief te zijn en nieuwe mensen te ontmoeten.

Dit blijkt uit een onderzoek dat onlangs is uitgevoerd en mogelijk gemaakt is door Vie. De urban community wil graag meer evenementen en betere plekken om te sporten, zowel binnen als buiten. Daarnaast willen ze binnen Parkstad nog beter met elkaar gaan samenwerken. Er is daarom een stappenplan gemaakt voor de toekomst van urban sporten en cultuur.

Urban is een manier van leven, waarin de stad een grote rol speelt. Door urban cultuur te steunen, helpen we jongeren om zich goed te voelen en gezond te blijven.

[Lees meer!](#)



## We zijn zelf het medicijn!

Op 19 februari begon de campagne 'We zijn zelf het medicijn' in de bibliotheek van Eygelshoven. Wethouder Jo Paas onthulde samen met het campagneteam van Alzheimer Centrum Limburg het beeldmateriaal. De campagne wil mensen bewust maken van een gezonde leefstijl voor de gezondheid van je hersenen. Beweging, gezonde voeding, sociale contacten en mentale uitdaging kunnen helpen om de kans op dementie kleiner te maken.

De campagne past goed bij het project Vie, waarin de gemeente werkt aan gezondheid en vitaliteit. Inwoners konden meedoen aan een quiz en andere activiteiten. De campagne wordt de komende tijd in Zuid-Limburg bekendgemaakt met posters, folders en workshops. Meer info is te vinden op de website en in de gratis MijnBreincoach app.

[Meer weten? Klik hier!](#)



Maastricht University

## Onderzoek Universiteit Maastricht: Doe jij aan sport? Of juist niet?

De gemeente Kerkrade wil dat haar inwoners gezonder en fitter worden. Sport en beweging helpen daarbij. Ze zorgen niet alleen voor een betere gezondheid, maar ook voor meer sociale contacten en een actieve leefstijl. Toch doet maar 13,7% van de inwoners mee aan georganiseerde sport, zoals een sportclub of groepsles.

Veel mensen willen meer bewegen, maar dat is soms lastig. Misschien heb je weinig tijd of energie door werk en gezin. Misschien voelt de drempel te hoog om te beginnen. Of misschien is er geen sportaanbod dat bij je past. Wat de reden ook is, wij willen het graag weten

Daarom doet Britt Merx, masterstudente aan de Universiteit van Maastricht, samen met de gemeente Kerkrade en "Vie - Leven in Beweging", onderzoek naar sporten in deze leeftijdsgroep van 30 tot 50 jaar. Waarom sporten mensen niet? En wat helpt hen juist wel? Dit onderzoek helpt ons om betere oplossingen te vinden, speciaal voor jou en andere inwoners van Kerkrade.

Jouw mening is heel belangrijk! Door deze vragenlijst in te vullen, help je ons om sport en beweging toegankelijker te maken. Het kost maar 10 minuten en je blijft anoniem. Als extra dank maak je kans op een van de vijf Beleef Kerkrade cadeaubonnen van €25!

Meedoen? Klik op de link!

Samen maken we sport en beweging makkelijker voor iedereen. Jouw input maakt het verschil!

[Klik hier om mee te doen!](#)





## TMF helpt Kerkrade in beweging

TMF (The MoveFactory) werkt sinds 2021 samen met de gemeente Kerkrade om sport en bewegen voor iedereen makkelijker te maken. Ze organiseren activiteiten voor alle leeftijden. Voor de jongste kinderen zijn er speciale beweegprogramma's. Basisschoolleerlingen kunnen gratis meedoen aan Naschoolse Sport Activiteiten (NSA). Ook helpt TMF sportverenigingen bij vragen.

TMF brengt sportclubs, scholen, inwoners en andere organisaties samen. Zo zorgen ze ervoor dat meer mensen een actieve en gezonde leefstijl krijgen.

TMF maakt Kerkrade fitter en draagt bij aan Vie – Leven in Beweging, voor een gezonde toekomst!

[Kijk op de website](#)

# Open dag

## Kom naar de open dag bij Vie op 23 maart!

Op 23 maart opent Vie Kerkrade de deuren voor een sportieve en gezellige open dag! Tussen 13.00 en 16.00 uur kun je vrij binnenlopen en kennismaken met verschillende sporten en activiteiten.

🏊 In het zwembad zijn demonstraties van Poolduikers & Zwemsport Parkstad, waaronder wedstrijdzwemmen, duiken, synchroonzwemmen, waterpolo en reddend zwemmen.

🏸 In de sporthal kun je zelf meedoen met badminton bij Badmintonvereniging Tricolore en een judoclinic volgen bij Judoclub Arashi Nulland. Gezond in Mijn Streek zorgt voor leuke voetbalactiviteiten.

Locatie: Vie Kerkrade, Vieboulevard 21, 6461 AL Kerkrade  
Voor deelnemers: Neem je gymschoenen mee!

In de Vie Innovatie Hub geven we een korte, inspirerende presentatie over wat Vie is en zorgen we voor spannende win-acties waar je zeker van wilt meedoen!

In samenwerking met: Optisport | Gemeente Kerkrade | Zwemsport Parkstad | Badmintonclub Tricolore | OWSV De Poolduikers | The MoveFactory | Judoclub Arashi Nulland | Gezond in Mijn Streek

**Vie wordt mede mogelijk gemaakt door:**



[Klik hier om uw informatie bij te werken](#)  
[Klik hier om een online kopie van deze e-mail te bekijken](#)  
[Uitschrijven](#)

Vie  
Hoofdingang  
Vie Boulevard 21  
6461 BD Kerkrade  
Nederland