



STADSLAB HEERLEN

INTRODUCTIE

Stadslab Heerlen is een netwerk van burgerinitiatieven uit het centrum van Heerlen. Een platform van waaruit kennis wordt gedeeld en waar bewoners met elkaar verbonden worden. Zodat de ideeën die er zijn om de stad een stukje beter te maken, worden ondersteund.

Het Stadslab Heerlen heeft de opdracht gekregen om op een nieuwe manier aan de slag te gaan met stadsontwikkeling. Het woord lab verkapt het eigenlijk al een beetje. In een laboratorium vinden experimenten plaats. In het Stadslab experimenteren we met het werken volgens de Gebrookerbosmethodiek. De burger/initiatiefnemer staat centraal: wat is zijn/haar behoefte? Het is een manier om van onderop een stad of gebied te ontwikkelen, waarbij de bewoners in de lead zijn. Zij geven invulling aan en nemen verantwoordelijkheid voor de transformatie van het centrum van Heerlen. De focus van het Stadslab ligt op jongeren/talentontwikkeling, social- entrepreneurship en micro-initiatieven. Stadslab Heerlen is tevens onderdeel van het Europese SunSe-project.

STADSBROOKER

Initiatieven worden gefaciliteerd door een 'brooker', een bemiddelaar. Met dubbel 'o', omdat het verwijst naar het engelse woord 'broker' en naar de Gebrookerbosmethodiek.

De brooker zorgt ervoor dat informatie wordt gedeeld tussen de belanghebbende partijen. Hij inspireert en motiveert. Ook verbindt hij initiatieven met kleine, grote en potentiële stakeholder. Dit kunnen fondsen, sponsors en de overheid zijn, maar ook andere inwoners en initiatieven. Het doel is om de ideeën uit te wisselen en samen deze nieuwe plannen en ideeën te realiseren. De rol van de brooker is om iedereen die zich betrokken voelt zoveel mogelijk te betrekken. Zo creëren we draagvlak in de stad.



INITIATIEVEN

Met dit boekje maken we een selectie uit de initiatieven die reeds verbonden zijn aan het Stadslab zichtbaar. Zo geven we een beeld van wat Stadslab Heerlen ziet en ontdekt in het centrum van Heerlen. De initiatieven die Stadslab Heerlen op welke manier dan ook ondersteunt, hebben voornamelijk de volgende hulpvragen:

1. Het schrijven van een projectplan
2. Subsidieadvies
3. Begeleiding tijdens gesprekken
4. Behoeftte aan het vergroten van hun netwerk

Al deze vragen hebben ten doel om uiteindelijk het initiatief een grotere kans van slagen te geven.

Op dit moment zijn er 43 initiatieven aan Stadslab Heerlen verbonden. 23 daarvan zijn kansrijk (voor realisatie), een aantal zijn ook al gestart. De meeste initiatieven hebben een lange doorlooptijd (dus niet 1 leuke activiteit, maar een ontwikkelproces). Zodra zij starten is er nog steeds behoefte aan ondersteuning.

De behoefte aan subsidie en advies is iets dat extra belicht moet worden. Het subsidieadvies van Stadslab Heerlen heeft inmiddels geleid tot een honorering van grote en kleine aanvragen met een omvang van maar liefst 2 miljoen euro (de uitschieter van de honorering van de Cityboost van het VSBfonds omvatte 1 miljoen euro).

Alle onderstaande informatie over de initiatieven is geschreven door de initiatiefnemers zelf. Stadslab Heerlen vindt de eigen stem, taal en vorm van initiatiefnemers het belangrijkste!



INDOOR SKATE PARK

Jordy Mertens, BMX'er uit Heerlen, pleit voor een indoor skatepark. Hieronder licht hij dat toe.

Mijn idee is om een urban verzamelplek te realiseren in Heerlen. Hier worden de verschillende urban culturen bij elkaar gebracht om hun eigen "hobby's/sport" uit te oefenen. Deze plek moet uitnodigend zijn voor mensen om dit zelf uit te proberen en zo de urban culturen te stimuleren. Mijn focus ligt zich vooral bij de realisatie van een nieuw skatepark voor de bestaande BMX-cultuur, zodat wij ons verder kunnen ontwikkelen in de sport.

Facebook: Jordy Mertens

Instagram: gewoon_jordy



BREAK VLOER HFC

Merlijn Mispelbaum, inmiddels bestuurder van stichting HFC crew.

Mijn breakdance crew HFC traint momenteel in het Carbon6. Onze crew is internationaal actief en neemt deel aan verschillende competities. De dansers repeteren 20 uur per week of meer om hun droom te realiseren, de beste crew van de wereld te worden. Echter missen wij de connectie met de binnenstad. Het is voor ons niet mogelijk om trainingen te plannen in de binnenstad. Er zijn immers niet de juiste faciliteiten. Daarom span ik mij in om een openbare trainingsvloer te realiseren! Niet alleen voor HFC maar voor iedere dansliefhebbers in Heerlen die graag zijn moves traint!

merlijnmispelbaum@gmail.com

ASTRO HET VERZET

Astro, de jongste rapper van hiphopformatie 'Het Verzet' uit Heerlen.

Astro brengt binnenkort zijn album uit genaamd 'Kluizenaarsyndroom'. Het wordt zijn eerste solo plaat met grotendeels eigen producties en beats. De muziek klinkt rauw, diep en jazzy. Lekkere baslijnen, hoge blazers en drums met een hoog funkgehalte. 'Luisteren naar een nummer van Astro is een kosmische ervaring die je even weg haalt uit de ratrace van alledag.' Alle collega rappers van Het Verzet zijn vertegenwoordigd op de plaat voor het ultieme cyphergevoel. Astro wilt het project officieel releasen in Heerlen, met een kleine tour door de stad die eindigt in de Nieuwe Nor.

Hij hoopt een aantal leuke shows te gaan doen, waarin krachtige hiphopbeats worden afgewisseld met live-percussie. Daarna duikt de kluizenaar gewoon weer terug in zijn huiskamerstudio om zijn volgende project te gaan realiseren. Stay tuned!

Instagram: [astrokluizenaar](#)



BEKEND MET TALENT

Middels project Utopia heeft De Positieve Stad de behoefte zichtbaar gemaakt en de basis gelegd voor een actieve, creatieve community in Heerlen. Onder doorlopend project Bekend met Talent wordt deze actieve community verder ontwikkelt.

Bekend Met Talent is reeds gestart. De Positieve Stad heeft succesvolle ontwerpessies georganiseerd met daarin de behoefte en waardevolle input van de community als uitgangspunt. De aanzet is gegeven voor de praktische invulling van een kader waarin de community langdurend en structureel wordt ondersteund om te groeien en zich verder te ontwikkelen. De keywords van Bekend met Talent zijn: ontmoeting, ontwikkeling, ondersteuning en exposure.

Een onderdeel van Bekend met Talent is een terugkerend event: 't Heerlense Kunstcafé. Dit vindt op 14 december 2019 voor de eerste keer plaats ter stimulering van de ontmoeting tussen creatievelingen, kunstenaars en geïnteresseerden. Het kader voor Bekend met Talent wordt er gepresenteerd om de aansluiting op de behoefte van de grote groep kunstenaars en creatievelingen uit de omgeving te peilen en het plan participatief te finetunen. Daarnaast vindt er een expositie plaats van 16 lokale kunstenaars waarin allerlei disciplines en kwaliteitsniveau welkom zijn en zich hebben ingeschreven. Het thema van de expositie is 'Waarom maak ik wat ik maak' en er wordt samengewerkt met organisaties uit de buurt.

Er zal duurzaam samen worden gewerkt met Heerlen Mijn Stad, Pand en Schunck: drie (culturele) organisaties uit de buurt. Inclusiviteit is een belangrijk begrip voor de community. Iedereen is welkom. Cultuur is voor iedereen! Samenwerkingen met sociale organisaties worden op dit moment onderzocht; evenals een geschikte locatie.

www.depositievestad.nl



RECYCLE

John Smits, Jelle Aarnoudse en Paul Höppener projectgroep Fiets 'merin, in de Kweekvijver.

Zij hebben zich ingezet voor het kunstwerk dat bestaat uit een gigantische bol van 350 fietswielen die met elkaar verbonden zijn. De inspiratie voor de grandioze kunstwerk deed Paul op tijdens een vakantie in Marokko. Hij liep door Jardin des Arts en zag het beeld Globe Recycle van kunstenaar Rachid Assiraj. Dat gaf direct de inspiratie voor het kunstwerk op de rotonde. In samenwerking met GMS, RD4 en verschillende fietswinkels hebben ze 350 fietswielen weten te verzamelen. Het kunstwerk is gebouwd op een rond skelet en daarop worden 350 fietswielen van verschillende grootte gelast. Geplaatst op een metalen voetstuk in de Kweekvijver wordt het een zelfondersteunende bol die stevig, veilig en boven de vijver lijkt te zweven. Het kunstwerk staat op de rotonde van st Franciscusweg te Heerlen.

Kweekvijver.net

BLOEMEN PLUKTUIN

Een stadstuin ontwikkelen waar een grote verscheidenheid aan bloemen bloeien, die zelf geplukt kunnen worden door de bewoners en bezoekers van Heerlen.

Naast het feit dat je een mooie en duurzame bos bloemen hebt, die je naar eigen wens en smaak kan samenstellen, is het ook hoog nodig dat de stad meer gaat investeren in de natuur en zo letterlijk plaats maakt voor wilde bloemen binnen onze gemeente.

Een initiatief waarbij je verbinding tussen de bewoners stimuleert en zelfs educatie kan ontwikkelen door bijvoorbeeld leerlingen van de scholen na de bloeiperiode het bloemzaad te laten verzamelen, wat het volgende jaar opnieuw voor de teelt gebruikt kan worden.

De zintuigen prikkelen en het besef ontwikkelen dat de natuur en bloemen specifiek, heel belangrijk zijn en dat we daar zorg voor moeten dragen.

Er is veel landelijk beleid wat gaat over een andere verhouding tussen stad en platteland, meer biodiversiteit en over de sociale aspecten zoals verbinding met de buurt, mens en milieu.

Door de tuin midden in de stad te plaatsen is deze goed zichtbaar voor een groot en divers publiek.

Zo kan het gehele proces van bloemen zaaien tot uiteindelijk plukken getoond worden en kan iedereen meedoen en meegenieten van wat de natuur in onze stad te bieden heeft.

Het straatbeeld zal letterlijk opfleuren en wie krijgt er nou geen fijn gevoel van bloeiende bloemen...

lindaerkens@icloud.com

STADSWERKPLAATS

De Stadswerkplaats is een sociaal maatschappelijke opstapplek. Het is een vrijplaats voor techniek, groeneducatie en creatieve ambachten dit gestoken in een jasje van duurzaamheid en sociale verbondenheid. Het biedt bewoners (creatieve) mogelijkheden om te ontmoeten en zich te ontwikkelen.

De Stadswerkplaats is ook een opstapplek voor mensen die om wat voor reden dan ook buiten het arbeidsproces zijn terechtgekomen of een afstand tot de arbeidsmarkt hebben. Daarnaast een plek voor mensen met een handicap. Een opstapplek kan een kortdurende positieve impuls zijn in de goede richting of een langdurige verbintenis. Samenwerking met gemeente, onderwijsinstellingen, zorginstellingen en bedrijfsleven moeten de organisatie slagkracht geven. De decentralisatie in de zorg geven gemeenten veel vrijheid in de inrichting van het zorglandschap. Hierin wil de Stadswerkplaats graag meeliften en een laagdrempelige plaats innemen door een opstapplek te bieden die in de eerste plaats een vrije keuze is en buiten het bestaande/bekende zorglandschap ligt, waar de nadruk ligt op ontplooiing en niet op stigmatisering van de deelnemer. Binnen de doelgroep vallen alle bewoners van 10 tot 100 jaar met bijzondere aandacht voor jeugd, voortijdig schoolverlaters, mensen met een speciale (zorg)vraag of afstand tot de arbeidsmarkt. Er zal een praktische benaderingswijze gehanteerd worden voor de kwetsbare deelnemers vanuit een samenwerkingsverband met als centrale thema: (creatieve) techniek, wat een vrije keuze is van de deelnemer. Dat betekent dat een ander pad zal worden bewandeld, wat een zeer persoonlijke op het technische werk gerichte benadering creëert daarmee niet de focus te leggen op de onvermogens maar op de vermogens.

stadswerkplaatsheerlen@gmail.com



LEVENSLLOOPBESTENIGE WOONGROEP

Sinds een klein jaar zijn we met een kleine groep bezig met het vormen van een levensloopbestendige woongroep in het centrum van Heerlen.

Doel is om 6-20 wooneenheden van 100-130 m² te realiseren, waarbij ieder een eigen appartement heeft met alle faciliteiten, maar er ook letterlijk en figuurlijk ruimte is om gezamenlijke activiteiten te ontwikkelen. Zowel binnen de groep, als binnen en buiten de wijk.

Co-housing, zoals ook gepresenteerd in het Glaspaleis met de expositie "Living Apart Together". We willen een vorm creëren waarbij we, met behoud van privacy, toch in een sociale setting kunnen wonen. Een gemeenschappelijke ruimte waar wij i.s.m. jongeren invulling aan willen geven is een belangrijk onderdeel van de woongroep. Op dit moment zijn we met een paar concrete locaties bezig. Zodra daaruit een keuze is gemaakt, breiden we de groep uit naar het voor die locatie gewenste aantal. Gebleken is dat er, ook in Heerlen, grote behoefte is aan een dergelijke concept, maar dat het vinden van een geschikte locatie, net zoals het realiseren van een constructieve samenwerking met de gemeente, nog een hele opgave is. We zijn erg blij met de ondersteuning door, en het overleg met, Jop Vermeesch vanuit het Stadslab Heerlen.

Voor meer informatie kunt u een e-mail sturen aan: woongroep@jansen.nu

IMAGINARIUM

Wanneer je straks bij ons naar binnen loopt dan zal je eerst geprikkeld worden in onze “belevingswinkel”, waarin je nagenoeg niets kan kopen, maar waar Magie, kunst en verhalen je stimuleren om verder te denken, om verder te willen.

Op bepaalde tijden ben je welkom voor extra dosis aan magie, met grote regelmaat programmeren we kleine (onversterkte) acts op het gebied van, maar niet beperkt tot, goochelen, poppenkast, poëzie etc.

Door middel van workshops, privélessen en masterclasses leren we jong en oud hoe zij hun eigen potentieel kunnen inzetten om anderen te verbazen en te verwonderen. Dit kan eenmalig (bijv. voor een vrijgezellen- of verjaardagsfeest) of een wekelijkse afspraak. En wie weet sta je zelf op ons podium of ga je mee naar een magische klus op locatie.

Wij zijn een groepje enthousiaste entertainers, kunstenaars, ondernemers en onderwijzers, samen gebracht door Niels Numan (professioneel goochelaar en bekend van de Houten Sleutel), die hun specialisme(s) inzetten voor talentontwikkeling, om samen magie, schoonheid en hoop spreiden.

snoepspinner@gmail.com

POP DRAFT

Er is zoveel talent in de regio dat niet ver genoeg ontwikkeld wordt. Naar mijn idee kan Parkstad een echte popstad worden als we er een stukje (creatieve) professionalisatie achter aan jagen. Creatievelingen hebben vaak geen zin of tijd om zich met alle zaken 'aan de achterkant' bezig te houden. Als we ze hier in ondersteunen en een extra podium bieden, komen we al een flink stuk op weg! Dit zouden we willen doen door het realiseren van kennisdelingsmomenten, maar ook verbindingen leggen met poppodia. Het uiteindelijke doel is om een festival te realiseren waar men na alle doorlopen fases het traject kan afsluiten.

jeff@raisinggrounds.com



UNFRAMED

Unframed is een internationaal graffiti & street art festival dat het grote publiek kennis laat maken met beide kunstvormen. Tijdens het festival komen meer dan 60 artiesten van over de hele wereld naar Heerlen om hun werk te exposeren en om te connecten met de bezoekers. Ook is er een uitgebreid sideprogram met lezingen, documentaires, breakdance-wedstrijd, tours etc. met als voornaamste reden om het publiek meer te leren over hip hop en haar culturele pilaren.

Fundamental wordt de grootste urban locatie van Limburg. In deze oude industriehal wordt een skatehal, street art museum, dansstudio en muziekstudio waar de regionale hip hop cultuur zich kan vestigen en ontwikkelen. Al jaren zijn de verschillende pilaren binnen de hip hop cultuur enorm sterk gevestigd in Heerlen. Fundamental wordt de plek waar zij zich verder kunnen ontwikkelen om Heerlen zo nog meer te vestigen als the Capital of urban arts.

www.gettingup.net



FOUR FEET NINE

Een (media)platform voor artiesten in de breedste zin van het woord. Denk hierbij aan dj's, muzikanten, dans, videografie, fotografie, beeldende kunst en anderen die iets kunnen bijdragen aan het beeld.

Ons platform wilt bovenstaande creatievelingen een podium bieden in deze tijd. Het is op dit moment een opgave om bijvoorbeeld muziek aan de man te brengen in een liveoptreden. Daarom willen wij graag samenwerkingen creëren tussen verschillende artiesten om een pakkend beeld te maken voor het digitale publiek.

Om deze beelden spraakmakend te maken en wat verhaal toe te voegen, willen wij gebruik maken van unieke locaties in Parkstad (voor nu). Deze locaties moeten een wow- en/of verrassingsfactor hebben om de aandacht te trekken. Daarbij is het een unieke kans om locaties bewust uit te lichten voor de partijen die er eventueel baat bij hebben, zoals een gemeente.

Wij zijn zelf begonnen met het initiatief om bezig te blijven in de sectoren waar wij het liefst actief in zijn. Na een aantal pogingen waren we ervan overtuigd dat andere artiesten/creatievelingen hier ook baat bij zouden hebben. Daarom hebben we inmiddels al meerdere partijen proberen bij elkaar te brengen die iets voor elkaar kunnen betekenen.

De wisselwerking van een mooie locatie en artiest(en) biedt video- en fotografen de kans om beelden vast te leggen. Wij bieden deze groep een unieke setting waarbij je de vrijheid hebt om je ideeën tot uiting te laten komen.

Instagram: 4feet9



PAND

Het initiatief Pand is bedoeld om de Heerlense binnenstad te boosten en het imago van Heerlen landelijk op te krikken. Wij zien oneindige mogelijkheden op creatief gebied in de stad en laten zien dat de leegstand ook een kans kan zijn. Door kwalitatieve kunst in te zetten om leegstand tegen te gaan, willen we mensen naar Heerlen trekken, maar ook bieden we een platform waarin mensen zelf de leegte kunnen gebruiken om zich te ontplooien. Dit is belangrijk voor mij, omdat ik binnen mijn generatie veel te weinig bewustwording zie van de mogelijkheden in onze geboortestreek. In Amsterdam kan bijna niets meer, elke plek is driedubbel bezet. In Heerlen kan alles.

Jop Delheij
pandheerlen@gmail.com

SKATING THE CITY

Heerlen mist een outdoor skatepark. Het plaatsen van skate faciliteiten is vaak een grote discussie. Zowel op het gebied van overlast als de inrichting van het park. Wij (Martijn, Jeroen en Peter) zetten ons in om op het burgemeester van Grunsvenplein een gedegen park te realiseren.

Ons doel: Een professioneel-ontworpen buitenskatemarkt op het Burge-meester Van Grunsvenplein. Om specifieker te zijn, een street-skate-park. Om te onderbouwen waarom, even een korte uitleg.



Vrijwel elke skatevoorziening valt onder een van de twee stijlen;

- 'Vert': Denk aan termen als 'Half-Pipe' , 'Bowl' en 'Pool'. Een kenmerkende factor zijn *ramps* waar de skaters verticaal uitvliegen, en vervolgens weer terug in landen.
- 'Street': Denk aan trappen (met of zonder leuningen), verhoogde stoepranden, railings en objecten om vanaf/overheen te springen.

Voornamelijk dankzij de media, worden *rijders* vaak onder de categorie 'Vert' afgebeeld. Waarschijnlijk omdat het imposant uit ziet en makkelijk herkenbaar is. Dit is echter een stereotyperend en gedateerd beeld. Sinds de 90er jaren, wordt de scene steeds meer gedomineerd door street-rijders, en is *vert* aan het uitsterven. Wij durven te schatten dat 9 op de 10 rijders tegenwoordig gespecialiseerd is in *street*. Alleen bij de bmx discipline zal deze verdeling iets afwijken.

Het bewijs hiervan is te zien bij andere skateparken. Street-skateparken zijn populair en worden tot het uiterste benut, terwijl vert-skateparken en vert-gedeelten van skateparken zelden worden benut en aan het uitsterven zijn.

martijn@cornfliks.nl



02 augustus L1 nieuws
L1mburg Centraal: ABN Amrobank
vaak doelwit plofkraken

CORIO
CENTER

2006
7 THU DAG
GRATIS

INSPIREDBY

In 2019 kwam 'Inspired by' tot stand. Een interdisciplinair project waarin jonge makers binnen de podiumkunsten een reactie gaven op elkaar en de komst van Basquiat in Heerlen. Geïnspireerd door de tentoonstelling 'Basquiat, The Artist and His New York Scene' ging initiator en muzikant Brendan Gijzen i.s.m. Subp Yao en Gino Bombrini aan de slag in de studio om een muzikale reactie te creëren op een aantal werken van de grootmeester. De gemaakte muziekstukken die samenkwamen in de vorm van een EP werden daarna doorgegeven aan choreografe Mami Izumi, HFC Crew en visual artist Ruben Bass. Samen werkten ze onder leiding van Nina Willems in een kortstondig creatieproces toe naar het 'Inspired by'-event dat op woensdag 26 juni 2019 in de zaal van poppodium Nieuwe Nor Heerlen werd gepresenteerd. Na een geslaagd event, positieve feedback vanuit het publiek en werkveld gaat 'Inspired by' zich in 2020 doorontwikkelen naar een volledige festival show.

'Voor mij is dit project belangrijk voor mijn ontwikkeling, maar ook omdat ik samen iets wil creëren met talentvolle makers en daarmee o.a. de toekomstige generatie hopelijk kan inspireren om zelf aan de slag te gaan'.

<https://www.facebook.com/inspiredby0/>
<https://www.instagram.com/inspired.by.0/>



CALISTHENICS PARK CENTRUM

Tomasso Cipali, een fanatieke sporter uit Heerlen.

Na een aantal jaar geleden een calisthenics park te hebben gerealiseerd in Heerlen en door het succes hiervan wil ik graag een nieuw calisthenics park realiseren in de aankomende stadstuin in Heerlen centrum.

Dit is belangrijk voor mij, omdat ik zoveel mogelijk mensen in contact wil laten komen met deze mooie sport. Die zich focust op het opbouwen van een krachtig lichaam. Het verbindt mensen met elkaar van verschillende leeftijden en stimuleert een gezonde levensstijl en is gratis voor iedereen. Wie wilt dat nou niet?

Ik ben te vinden op de Facebookpagina Calisthenics Heerlen.



TOT SLOT

Heerlen kent een groot aantal betrokken bewoners, die niet altijd even zichtbaar zijn. Die onzichtbaarheid betekent niet dat ze niet bestaan! Ze kennen, weten of zien simpelweg de route niet die je moet bewandelen om zichtbaar te worden. Middels het netwerk van het Stadslab worden zij in een stroomversnelling verder geholpen.

Er is een enorme diversiteit aan initiatieven, afkomst, leeftijd en een groot verschil in visie. Visie waar het centrum van Heerlen wel of niet naartoe moet. Door het samenbrengen van deze actieve Heerlenaren hopen we met hen de stad op een manier te vormen waardoor zij zich meer eigenaar zullen voelen van het centrum van Heerlen.

De kracht van de Heerlenaar werd pas echt zichtbaar tijdens de 'lock-down' gedurende de COVID 19 uitbraak. Maar liefst 30 initiatieven ontstonden in alleen het centrum van Heerlen. Iedereen wilt op zijn of haar manier iets voor een ander betekenen. Dit bewijst dat als men met de rug tegen de muur staat, met de beste ideeën komt.

Dit boek is opgezet door de initiatiefnemers i.s.m. Stadslab Heerlen, Neimed, Gemeente Heerlen, Provincie Limburg, SuNSE en fonds voor Creatieve industrie.

www.stadslabheerlen.nl



stimulerings
fonds
creatieve
industrie



provincie limburg



Interreg
North-West Europe
SuNSE

Colofon

Auteur: Jop Vermeesch
Redactie: Linda Frints & Monique Berkers
Foto's: Luc Arnoldussen & Jonathan Widdershoven

Contact

Stad Brooker: jop.vermeesch@neimed.nl
Coordinator Stadslab: linda.frints@neimed.nl
Projectleider gemeente Heerlen: m.berkers@heerlen.nl

Neimed
Valkenburgerweg 177
6419 AT Heerlen