

DE SCHAKEL

INFORMATIEBLAD VOOR OUDEREN IN DE GEMEENTE VENRAY

Jaargang 13

nummer 10

Oktober 1998

Verschijningsdatum eerstvolgende uitgave: 30 okt. 1998 - Kopij inzenden vóór 9 okt. 1998

INHOUD

- Column: 24-uurs economie
- Nieuws over de Kemphaan
- Gezondheidszorg
- Gehandicaptenplatform Venray
- Oproep
- 1 Oktober, dag van de ouderen
- Politiek en Ouderen
- Wist u dat..?
- Meer bewegen voor ouderen
- Winterprogramma's ANBO en KBO
- Opmerkelijke Opmerkingen

om te eten, te praten, te ontspannen, er op uit te trekken, naar de kerk te gaan, of op bezoek bij familie is er dan minder of niet meer. Om goed te functioneren in de maatschappij heeft een mens, groot en klein, sociale contacten nodig.

Laten we ons er voor inzetten tijd te houden om "samen te leven". Dat er meer mensen zo over denken blijkt uit het feit, dat reeds 600.000 mensen hun handtekening gezet hebben tegen een 24-uurs economie.

Maria Lenkens - Ermens

COLUMN

24-UURS ECONOMIE.

Mevrouw Jorritsma wilde om het verkeer te lasten een gedeelte van het vrachtvervoer verplaatsen naar de nachtelijke uren. Dat zou het begin kunnen zijn van een 24-uurs economie, waarbij alles 24 uur per dag, 7 dagen per week, op volle toeren draait. Dit is tot nu toe heel gewoon geweest voor bijv. medische zorg, politie en brandweer en sommige technische processen, die niet stilgelegd kunnen worden, maar nu willen ook andere sectoren ieder moment van de dag en de nacht beschikbaar zijn en in bedrijf blijven.

Daarvan zou het gevolg zijn, dat iedereen een ander patroon krijgt in werken en ontspannen. Gezamenlijke vrije tijd verdwijnt. Deelname aan sportclubs en verenigingen wordt moeilijker. Het sociale leven wordt ondergeschikt gemaakt aan de economie. Volgens mij moet een gezin dan veel inleveren. Gezamenlijke tijd

NIEUWS OVER DE KEMPHAAN

" Jammer genoeg wordt het iets later, maar in januari zitten we in de gerenoveerde Kemphaan, of zoveel eerder als mogelijk", zegt J. Brueren, de voorzitter van de Stichting Centrum voor Ouderen De Kemphaan.

" Eind februari heeft de gemeenteraad 799.000 gulden beschikbaar gesteld voor de verbouwing en renovatie van de Kemphaan, maar dat is exclusief de vergroting van de geplande ontmoetingsruimte. Die vergroting van de ontmoetingsruimte wordt begroot op 75.000 gulden. In februari heeft de gemeente toegezegd hiervoor nog zo'n 25.000 gulden beschikbaar te stellen, als de ouderen de resterende 50.000 gulden kunnen inbrengen om die uitbreiding te financieren. We hebben de architect aan het werk laten gaan en begin mei konden we een bouwplan bij de gemeente indienen. Op 5 juni vond de aanbesteding plaats. En daarvan zijn we niet vrolijker geworden. We hebben vier Venrayse bouwbedrijven een offerte laten doen; de laagste was van Bouwbedrijf Verhoe-

ven. We hadden hun twee prijzen gevraagd: één inclusief de uitbreiding van de ontmoetingsruimte en één exclusief daarvan. We hadden goede hoop, dat we op de begroting van de architect nog geld zouden overhouden, maar dat viel goed tegen.

Mét de uitbreiding van de ontmoetingsruimte, zaten we 175.000 gulden boven de begroting. Dat geld kwamen we dus te kort.

Samen met de architect zijn we aan het bezuinigen geslagen. We hebben zo het tekort kunnen beperken tot 46.000 gulden, exclusief de uitbreiding van de ontmoetingsruimte. Half juli hebben B&W ons bericht voor die 46.000 gulden extra subsidie beschikbaar te willen stellen. Maar dat moet nog in de Commissie Welzijn komen in september. Als de commissie hiervoor het fiat geeft, kunnen we begin september Bouwmaatschappij Verhoeven definitief opdracht geven. De start van de bouw zal dan half september worden.

De opdracht aan Verhoeven geldt dus de verbouwing vooralsnog zonder uitbreiding van de ontmoetingsruimte. Wel proberen we via fondsenwerving alsnog die uitbreiding gefinancierd en gerealiseerd te krijgen. Verder hebben we ook nog geen geld voor de inrichting van het gebouw, als dit gereed is. De inrichtingskosten hebben we geschat op 70.000 gulden. In totaal hebben we dus nog 145.000 gulden nodig.

We hebben daarvoor een twintigtal fondsen aangeschreven.

Van enkele hebben we vragen gekregen om nadere informatie. Het is nu een beetje afwachten wat we krijgen en wat we dan kunnen doen.

Per 1 september is de stichtingsakte gepasseerd bij de notaris en daarmee is de stichting officieel. In het bestuur hebben zeven personen zitting: drie zijn benoemd door de Seniorenraad en de andere vier zijn benoemd op voordracht van de organisaties: een namens de KBO Venray-kom, een namens de ANBO, een namens het KBO district Venray en een namens de gebruikers.

Het doel van de stichting is het beheer, onderhoud en instandhouden van het gebouw en het bevorderen en mogelijk maken van culturele, educatieve en recreatieve activiteiten. Kort gezegd: het beheren van het gebouw en dat

verhuren aan gebruikers. De stichting organiseert niet zelf activiteiten voor ouderen. Het zijn de gebruikers die initiatieven nemen om bij ons activiteiten te ontplooiën. Die gebruikers zijn: KBO, ANBO, en organisaties die cursussen of andere activiteiten voor ouderen willen organiseren. Verder blijven de vroegere gebruikers van De Kempphaan gebruikmaken, zoals Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO) en de biljarters.

Bij het buffet in de ontmoetingsruimte willen we een ruimer aanbod aan consumpties hebben dan koffie en thee. Het lijkt ons gezellig, als men daar ook een pilsje of een glaasje wijn kan gebruiken. We krijgen een conciërge en we hebben vrijwilligers die deze diensten kunnen verlenen. We hebben dan echter iemand nodig die horecapapieren heeft. Is er iemand die geschikt is over de vakdiploma's horeca en die bereid is zijn deskundigheid beschikbaar te stellen voor De Kempphaan?

Graag een telefoontje: 58 36 57!"

advertentie

H A D	ALGEMENE HULPDIENST VENRAY
	Is dagelijks bereikbaar via
	VENRAY "Meldpunt Venray"
	Telefoon: 0478 - 58 44 44

" GEZONDHEIDSZORG "

sante op uw gezondheid!

In deze nieuwe tweemaandelijks rubriek willen wij u een beetje wegwijs maken in de doolhof die "gezondheidszorg" heet.

Geen medische verhandelingen zult u hierin aantreffen, maar bruikbare tips, telefoonnummers, namen van verenigingen en instellingen, foldermateriaal en informatie over allerlei medische en paramedische onderwerpen. Uw reacties en vragen graag naar het redactiesecreta-

riaat, onder vermelding van "Santé, op uw gezondheid!"

Ouder worden en geneesmiddelen.

Als u ouder wordt verandert uw lichaam. Met deze veranderingen moet u rekening houden als u geneesmiddelen gebruikt want het lichaam zal daarop anders reageren.

Doordat de nieren bijvoorbeeld trager werken, verdwijnen bepaalde geneesmiddelen langzamer uit het bloed. Ze werken daardoor langer.

Ouderen gebruiken over het algemeen veel geneesmiddelen en vaak ook verschillende tegelijk. Dat kan soms tot problemen leiden.

Natuurlijk is er in de eerste plaats uw huisarts, die u de beste informatie kan geven. Maar u kunt ook uw apotheker bellen, die bewaart immers alle gegevens over uw medicatie. Bovendien is hij zeer goed op de hoogte van de werking (en bijwerkingen) van alle medicijnen en hij kan u daarom een goed persoonlijk advies geven.

In de folder: "**Ouder worden en geneesmiddelen**" vindt u waardevolle informatie waar u kennis van moet nemen.

Informatie over de belangrijkste veranderingen die in uw lichaam plaatsvinden bij het ouder worden en de invloed die deze veranderingen hebben op het gebruik van geneesmiddelen. Verder vindt u er nog een aantal tips om problemen bij het gebruik van geneesmiddelen zoveel mogelijk te voorkomen.

Deze witte folder, met groen/gele slang en donkerblauwe letters, vindt u bij uw apotheek. Zorg dat u hem in huis hebt, of vraag de apotheker deze folder bij uw medicijnen te bezorgen.

Tip: als u de kleine lettertjes niet kunt lezen op de bijsluiter of het etiket, geef dat dan even door bij de apotheek. Zij kunnen daar rekening mee houden.

Wilt u liever over uw medicijnen praten met iemand die u niet "kent", dan is er voor deskundige en objectieve informatie de

Landelijke geneesmiddel-ijfolijn, telefoon: 0800-0998877. Gratis!

(maandag t/m vrijdag 10.00 - 16.00 uur)

GEHANDICAPTENPLATFORM VENRAY

WAT HEBBEN RECHTEN VAN MENSEN TE MAKEN MET ONZE SAMENLEVING?

Al vanaf het begin van de menselijke beschaving is er nagedacht over "het recht". Wat is rechtvaardig? Hoe voed je een kind op tot een rechtvaardig mens? Hoe oordeel je of iemands daden rechtvaardig zijn of niet?

Deze vragen hebben de mensen altijd bezig gehouden. De plaats van de wereldlijke macht heeft in dat zoeken altijd een belangrijke rol gespeeld. Een autoriteit is nu eenmaal noodzakelijk voor iedere samenleving. Zij moet in zekere zin garant staan voor het recht.

In de loop der jaren heeft het recht geleidelijk aan meer vorm gekregen. De macht werd steeds preciezer gedefinieerd door het recht.

In die ferme opvoeding had de rechtvaardigheid een belangrijke plaats.

Het recht is iets, dat de mens bezit, hij of zij heeft rechten. Het klinkt heel mooi, maar het zegt zo weinig. Dat de mens vrij is, wisten we al. Maar wat hij of zij met die vrijheid doet, dat is pas interessant. De mensenrechten zeggen veel over de vrijheid die een mens heeft en moet hebben, maar over zijn verantwoordelijkheid blijven ze gevaarlijk vaag. Hij moet vrijheid hebben, maar... moet hij er ook iets mee doen?

Wat gaat de mens kiezen en tegenover wie gaat hij verantwoordelijkheid afleggen? En betekent dat, dat men ook vrij is om de leugen te kiezen? Is de waarheid zoeken niet een absolute natuurlijke noodzaak in plaats van een vrijheid of een recht?

Bovendien, wie gaat de rechten van mensen verdedigen of eventueel met dwang opleggen aan wie ze niet respecteert?

Als iemand over de rechten van mensen begint te praten ben ik dus altijd een beetje op mijn hoede.

Vrijwilligers in het Gehandicapten Platform Venray zijn omtrent rechten voor de gehandicapten en degenen met functiebeperkingen samen met een bestuur bezig zich voor deze doelgroep in te zetten.

Jan van Gassel, voorzitter G.P.V.

OPROEPI

De Stichting V.O.N.K. (Vluchtelingenwerk Opvang NieuwKomers) is op zoek naar enkele senioren, die bereid zijn om gedurende enkele uren per week (c.q. dagdeel) voorlichting en begeleiding te verlenen aan asielzoekers bij de (juridische) procedure.

Waarom senioren?

Vooraf vanwege hun levenservaring, relativeringsvermogen en genuanceerd denken en handelen.

De asielzoekers bevinden zich meestal in een van de volgende Aanvullende Opvangcentra (AVO's): Sambeek, Maashees, Heijen, Bergen, Well of Katwijk.

Juridische kennis is niet noodzakelijk; daarvoor wordt de advocatuur ingeschakeld. Desalniettemin stelt de Stichting uitgebreide juridisch-procedurele scholingsmogelijkheden ter beschikking. Er is vanzelfsprekend een inwerkingsprogramma. Daarnaast zorgen beroepskrachten voor ondersteuning.

De onkosten worden vergoed.

Het regiokantoor bevindt zich in "De Weijer" te Boxmeer. De coördinator, mevrouw Gina Plagenborg, is graag bereid om aanvullende en meer gedetailleerde informatie te geven.

Telefoon: 0485 - 576961.

1 OKTOBER; DAG VAN DE OUDEREN

In onze gemeente vinden op donderdag 1 oktober op drie plaatsen activiteiten plaats!

In Ysselsteyn wordt tussen 14.00 en 17.00 uur onder het motto: "**Uw zorg ook onze zorg**" het onderstaand programma aangeboden.

- Samen doen-dag
- Inlichtingen Zorgsector
- K.B.O.-stand
- Koersballen
- Biljarten
- Handboogschieten

In de Gelderkoel in Heide zullen eveneens tussen 14.00 en 17.00 uur in samenwerking met Leunen, Veulen en Merselo, omlijst door een vrolijk muziekje, gepresenteerd worden:

- Voetverzorging
- Handboogschieten

- Koersballen
- Sjoelen
- Kaarsen beschilderen
- Boekbinden
- Hardanger
- Glasverven

In Venray-kom wordt die dag het thema "**Mantelzorg**" uitgediept. Van 10.30 tot 15.00 vindt deze bijeenkomst plaats in de Raadszaal van het gemeentehuis.

Het programma ziet er als volgt uit:

- 10.15 Koffie
Ontvangst deelnemers(sters)
- 10.30 Inleiding en video-presentatie over *mantelzorg* door: Mevr. Beerkens van de Zonnebloem
Dhr. Christians van de Thuiszorg
Dhr. Moerkerk van de stichting Synthese
- 12.15 LUNCH (*gratis*)
- 13.15 Groepsdiscussies o.l.v. deskundige gespreksleiders over vragen en voorstellen die samenhangen met het thema "*mantelzorg*"
- 14.30 Samenvatting van de discussies in de gespreksgroepen en afsluiting van de themadag.

Het programma wordt opgeluisterd door *De Smelebrothers*.

Het spreekt vanzelf, dat iedereen, maar vooral de 55 plussers van harte welkom zijn.

Op alle drie de lokaties is de toegang gratis!

POLITIEK EN OUDEREN

Op 25 augustus jl. vond de eerste raadsvergadering na het zomerreces plaats.

Op de agenda stond o.a. "De bespreking van het collegeprogramma 1998-2002".

Zij die benieuwd waren wat de raadsfracties daarover te zeggen zouden hebben en dus om die reden de moeite genomen hadden naar die raadsvergadering te komen, kwamen bedrogen uit.

De fracties hadden niets te zeggen, althans bijna niets. Van een debat was geen sprake en dus van enig vuurwerk al helemaal niet. Dat was natuurlijk al verschoten tijdens de kermis. Het bleef bij het braaf voorlezen van voorge-

bakken tekst. Bijna alle fracties herkenden in het collegeprogramma een belangrijk deel van hun eigen verkiezingsprogramma's, met andere woorden: zij waren eigenlijk dik tevreden. Van stevige kritiek was geen sprake, ook niet van de oppositiepartijen. Ook die toonden zich tevreden, al moesten zij om hun oppositierol toch nog een beetje waar te kunnen maken een paar kanttekeningen plaatsen, t.w.

Samenwerking: enerzijds lof, anderzijds ontbreekt er nogal wat (???)

V.d.Vorle: voor ouderen en kleine huishoudens is het vaste tarief voor de afvalstoffenheffing (Diftar) te hoog; er zou sprake moeten zijn van een 24-uurs omgevingsbeveiliging; goede voorlichting aan ouderen over WvG; ouderenbeleid ook als speerpunt aanmerken; toename aantal ouderen vergt meer zorg en faciliteiten.

36: intenties zijn goed, de uitwerking is nog niet duidelijk c.q. niet concreet.

Geen wonder, dat de voorzitter (burgemeester Waals) zich verheugd toonde over het vertrouwen van de raad in het nieuwe collegeprogramma. Hij tekende aan, dat het college de zorg voor de ouderen zal realiseren door middel van een nieuw beleid en dat er t.a.v. Diftar naar gestreefd wordt de tarieven voor eenpersoonshuishoudens en ouderen zoveel mogelijk te neutraliseren. Wat dat beleid zou gaan inhouden werd niet duidelijk gemaakt en dus rijst de vraag: "Waarom is daarvan niets terug te vinden in het collegeprogramma?"

plaatselijke pers - alhoewel wel aanwezig - zag er kennelijk geen brood in om van deze matte vertoning verslag te doen in hun bladen. Zo bleek in de dagen daarna.

Of lag het gelijk misschien toch bij Truus Kemmelings (PvdA) die opmerkte, dat de behandeling eigenlijk in de vergadering van juni had moeten plaatsvinden, direct na de vaststelling van het college-programma en dus niet 2 maanden daarna.

Daarmee doelde zij op de actualiteit van het onderwerp.

Aan de andere kant is het toch zo, dat het collegeprogramma over de nieuwe periode van vier jaren gaat en dat de actualiteit ervan toch niet mag afhangen van een vertraging van twee maanden.

Alles bij elkaar een magere oogst voor de ouderen, ondanks de inspanningen die gepleegd zijn om de plaatselijke politieke partijen zo uitvoerig mogelijk over de opvattingen van de ouderen te informeren. De partijen moeten kennelijk nog leren om te luisteren naar wat de (oudere) kiezers bezighoudt.

Wij blijven in elk geval de politieke verrichtingen volgen.

Commissie Politiek en Ouderen.

WIST U DAT...?

- In de komende 3 jaar het aantal woon- en winkelgebieden waar een maximumsnelheid van 30 km/uur geldt, flink zal worden uitgebreid?
- Wanneer alle auto's in de landen binnen de Europese Unie overdag met de lichten aan zouden rijden er jaarlijks 5500 minder verkeersdoden te betreuren zouden zijn?
- U nu al een reis kunt boeken naar Nieuw-Zeeland om daar op 1 januari 2000 van de eerste zonnestrallen van het nieuwe Millennium te kunnen genieten?
- Er een handig apparaatje bestaat, de "Pico", niet groter dan een sleutelhanger, dat een handig hulpmiddel is om de diverse pincodes te onthouden?
- Er bij de apotheek het prachtig geïllustreerde verhalenboek "Columbine en de stemmendief" van Herman van Veen te koop is voor f 14,95?

MEER BEWEGEN VOOR OUDEREN

Een heerlijke bezigheid!

Sporten na je vijftigste is toch de gewoonste zaak van de wereld?

Oké, de marathon binnen de 3 uur hoeft natuurlijk niet meer, maar dat geldt idem dito voor veel sporters die wat minder keren jarig zijn geweest.

Sport draagt bij aan het gezondheidsaspect, laat "alles" beter functioneren en laat je meer van het leven genieten.

Er is méér keuze dan u lief is! We zouden hier een lijstje kunnen geven van wel zo'n 60 takken van sport. Van atletiek tot zwemmen. Er is voor elk wat wils. Zelf joggen, met een kennis squashen, met buurtgenoten kegelen, of bij een sportvereniging tennissen, volleyballen, badmintonnen, hockeyen, kanovaren, paardrijden dansen, enzovoort

De een houdt van jeu de boules en de ander van gymnastiek.

Belangrijk is, dat u zelf bepaalt welke sport u wilt beoefenen, met wie en vooral wanneer.

Sporten bij een vereniging kent daarbij vele voordelen. Daar is alles geregeld, treft u sportdeskundigen aan, die u met raad en daad bijstaan en verbreedt u uw sociale contacten.

De huidige senioren zitten gelukkig al lang niet meer "achter de geraniums". Ze zijn zelfbewuste en kritische deelnemers aan de maatschappij.

Dat blijkt ook wel uit het gegeven, dat meer dan 100.000 Limburgers van 50 jaar en ouder aan sport doen.

U leest het goed, bijna 1/3 van de Limburgers tussen 50 en 75 jaar is één keer per week sportief bezig.

Wilt u ook kennismaken met sport? Kijk eens of er bij u in de buurt mogelijkheden zijn, praat er eens over met vrienden, kennissen of buurtgenoten of informeer bij een sportvereniging.

Mocht u er nog niet uitkomen dan kunt u ook nog contact opnemen met Synthese, telefoon: 58 31 00 en tot slot kan ik u wellicht nog op weg helpen.

Gerrit Schoonderbeek
tel: 0478 - 58 62 74

WINTERPROGRAMMA'S ANBO EN KBO

Wekelijks kunt u door middel van de plaatselijke media vernemen, wat er deze winter bij de respectievelijke ouderenbonden en -verenigingen op het programma staat.

* De redactie wil graag op de hoogte gehouden worden van de activiteiten, om daarover te kunnen berichten.

K.B.O. -kom

- 29 sept. Wijkcentrum de Kiosk 14.00 - 16.30
Thema : **Dementie en Alzheimer.**

Het programma ziet er als volgt uit:

- 14.00 Opening door mevr. A. Gommans
- 14.05 Inleiding door mevr. P. Broekman
- 14.35 Kwis over de ziekte van Alzheimer
- 15.00 Pauze en mogelijkheid tot het indienen van vragen
- 15.30 Inleiding door mevr. M. aan den Boom
- 15.50 Forum o.l.v. mevr. A. Gommans
- 16.30 Sluiting

- *Ouderen achter de PC.*
Hierover is nog geen concrete informatie beschikbaar.

A.N.B.O.

- 19 okt. Hobby en creativiteitencentrum Prins Bernhardstraat 14.00 uur
"De geschiedenis van de Peel in relatie tot Venray".
Een bijzonder interessante dialoog door dhr. Rien van de Brand
- 23 nov. Hobby- en creativiteitencentrum Prins Bernhardstraat 14.00 uur
"Ouder worden en gezond blijven"
Lezing door mevrouw Goluke.

OPMERKELIJKE OPMERKINGEN

Dankzij de afstandsbediening kunnen doorgewinterde tv-kijkers hun horizon verruimen en tegelijkertijd hun zitvlak verbreden.

Schrijvers bouwen de luchtkastelen, lezers wonen er in en uitgevers innen de huur.

De Schakel is een uitgave van de Centrale van Ouderenverenigingen Venray.
Verschijnt 10 maal per jaar in een oplage van 1900.
Wordt verspreid onder de leden van de aangesloten verenigingen en andere belangstellenden.

Redactieadres: F. Heintjes - Reijnen
Dennenoord 9, 5801 SV Venray.
Tel. 582834.

DAG VAN DE OUDEREN 1998

DONDERDAG 1 OKTOBER

VENRAY

De besturen van Ouderenbonden en Seniorenverenigingen uit VENRAY-KOM nodigen
U uit deel te nemen aan de thema-bijeenkomst in de

RAADSZAAL van het GEMEENTEHUIS VENRAY
TOEGANG GRATIS

THEMA: MANTELZORG

PROGRAMMA:

- 10.15 * Koffie
ontvangst deelnemers en deelneemsters
- 10.30 * Inleidingen en video-presentaties over
MANTELZORG door:
Mw. Beerkens van de Zonnebloem
Dhr. Christians van de Thuiszorg
Dhr. Moerkerk van de Stichting Synthese
- 12.15 * LUNCH (gratis)
- 13.15 * Groepsdiscussies onder leiding van
deskundige gespreksleiders: discussies,
vragen en voorstellen die samenhangen
met het thema "MANTELZORG"
- 14.30 * Samenvatting van de discussies in de
gespreksgroepen en AFSLUITING van de
thema-dag MANTELZORG

Het dagprogramma wordt opgeluisterd door
de Ysselsteynse groep **DE SMELEBROTHERS**

U BENT VAN HARTE WELKOM !