

DE SCHAKEL

INFORMATIEBLAD VOOR OUDEREN IN DE GEMEENTE VENRAY

Jaargang 14

nummer 12/1

December 1999

Verschijningsdatum eerstvolgende uitgave: 28 jan. 2000 - Kopij inzenden vóór 05 jan. 2000

INHOUD

- ANBO/Seniorservice: Nieuwjaarsreceptie
- Column: Millennium
- Maak er wat van
- Slotmanifestatie
- Als ik later 80 ben
- Gezondheidszorg
- Seniorservice-Gilde Venray
- De Laatste
- Beleidsplan
- Positie ouderen in de Islam
- Gehandicaptenplatform
- Wist u dat...?
- Ouderenhuisvesting
- Nieuwjaarswens
- ANBO-agenda
- Zomer
- Nieuws van De Kemphaan
- Unie Van Vrijwilligers
- Opmerkelijke Opmerkingen

ANBO/SENIORSERVICE

NIEUWJAARSRECEPTIE 2000



Op maandag 3 januari 2000 organiseert Seniorservice in het Hobby- en Creativiteitencentrum aan de Prins Bernhardstraat te Venray een

GEZELLIG SAMENZIJN

voor leden van Seniorservice, ANBO en andere belangstellenden teneinde elkaar aan het begin van het nieuwe millennium alle goeds te wensen.

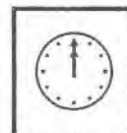
De bijeenkomst wordt gehouden van 15.00 – 17.00 uur.



Iedereen is van harte welkom!

COLUMN

MILLENNIUM.



Wij zijn bevoorrechte mensen, die met zijn allen hoogstwaarschijnlijk een eeuwwisseling en tevens een millenniumwisseling [duizend jaren] mee mogen maken. Dat woord millennium [met twee l's en twee n's] heeft al veel gevoelens teweeg gebracht.

Eerst overheerste een gevoel van ongeloof: zou het werkelijk waar zijn dat er met de jaarwisseling in één seconde iets mis zou kunnen gaan? Machines, die zomaar ineens ophouden of op een ander programma overgaan, computers, die het jaar 2000 niet aan kunnen geven en teruggaan naar het jaar 1900.

Daarna kwamen de angstgevoelens: zou men het allemaal nog op tijd in orde kunnen brengen? Er werd een commissie in het leven geroepen, die er op moet toezien dat overal aan het probleem gewerkt wordt en dat men op tijd klaar is.

Nu hebben we het gevoel van hoop en verwachting. We verwachten, dat het allemaal wel mee zal vallen en hopen, dat iedereen de juiste voorzorgen heeft getroffen, zodat er geen rampen zullen plaatsvinden.

Daarbij komt een gevoel van vreugde, dat wij dit allemaal mogen meemaken. Er staat iets groots te gebeuren!!! Ik raad u daarom aan heel bewust de oudejaarsnacht mee te maken. Blijf wakker en beleef het! Je kan het niet meer overdoen!! Feest mee, uitbundig en groots, maar blijf met je twee benen op de grond!!!

Tot slot wens ik u allen een voorspoedig jaar 2000 toe met veel geluk en een goede gezondheid.

Maria Lenkens-Ermens

MAAK ER WAT VAN

Het is in november als mij gevraagd wordt, als voorzitter van de Seniorenraad en de Centrale van Ouderenverenigingen, voor het nummer van De Schakel ter gelegenheid van het nieuwe jaar, het jaar 2000, een paar stichtelijke woorden te schrijven.

Op het moment, dat ik dit schrijf moet het jaar en daarmee de twintigste eeuw nog afgesloten worden.



Dat jaar 1999, was het jaar van de ouderen. Dit is in Venray uitgebreid gevierd en op 6 november op een gezellige en indrukwekkende wijze in de foyer van de Schouwburg afgesloten. Het zeer actieve Comité voor het Jaar van de Ouderen moeten wij voor alles wat zij daarvoor gedaan hebben uitermate dankbaar zijn.

Ik sluit daarbij direct de welgemeende dank in, aan alle overige vrijwilligers. Zonder hun inzet zou het ouderenwerk geheel stilvallen.

Bij de jaarwisseling straks kunnen wij ook met enig genoegen terugzien op een aantal zaken die voor de ouderen bereikt zijn, zoals:

- De realisatie van De Kempphaan.
- Het starten met de ouderen-adviseurs en -consulenten in de gemeente Venray.
- Het bijspringen door de gemeente in de financiering van De Schakel.

De landelijke ouderenverenigingen konden een stokje steken voor het onzalige plan van de Nederlandse Spoorwegen met de kaartjesautomaten.

Zijn wij dan tevreden? Ja en nee!

Nee, omdat er nog heel wat te wensen overblijft. Ik denk dan aan:

- Armoede- en eenzaamheidsbestrijding.
- Behouden van een goede klinische en poliklinische ziekenhuisvoorziening.
- Verkorten van de wachtlijsten voor de zorginstellingen en het bereiken van één loket dat toegang geeft tot alle zorginstellingen.
- Veiligheid op straat en in de wijken.
- Wij blijven de door de gemeente gekozen diftar-tarieven voor de ouderen niet eerlijk vinden.

Zo kunnen we nog wel even doorgaan.

Het betekent dat wij nog voor heel wat moeten opkomen en dat is een gedachte die wij in het nieuwe millennium prima kunnen meenemen.

Als wij ons eensgezind voor onze belangen blijven inzetten, plaatselijk maar ook landelijk, dan kunnen wij met en voor u nog veel bereiken.

Wat dit nieuwe duizendtal jaren ons gaat brengen weten wij niet en soms is dat ook maar gelukkig. Wel is het zeker dat de ouderen een steeds grotere groep gaan vormen en een steeds belangrijkere groep. De ouderenorganisaties zullen moeten laten zien dat het de moeite waard is om naar hen te luisteren.

Dat is een goed voornemen voor dit jaar!

Wat wij in de komende tijd willen bereiken is vastgelegd in een beleidsplan. Dit zal op korte termijn verschijnen. De Schakel zal ongetwijfeld aan de inhoud veel aandacht besteden.

Tot slot, nu het nieuwe millennium nog maar enige dagen van ons verwijderd is, wens ik u een gezond jaar 2000 toe, zowel naar lichaam als naar geest.

Maak er wat van!

Charles de Vilder



naar een samenleving voor alle leeftijden
Internationaal Jaar van de Ouderen 1999

SLOTMANIFESTATIE

Slotmanifestatie Jaar van de Ouderen.

"De Artiest", zoals de foyer van de Schouwburg nu heet vulde zich zaterdag 6 november jl. als een echte bijenkorf. De slotmanifestatie van het Jaar van de Ouderen begon om halfdrie, maar de bezoekers zouden vanaf twee uur met een kopje koffie verwelkomd worden.

Wat werd het druk!

Alle verwachtingen met betrekking tot het aantal bezoekers werden overtroffen. De sfeer was goed en bleef goed. Vooral dankzij het Senio-

renorkest dat de gehele middag bijzonder prett-
t-ige muziek ten gehore bracht.

Mevrouw Fredie Heintjes mocht als eerste de
uitslag van de opstelwedstrijd bekend maken
en drie kinderen de gelegenheid geven hun
winnende verhalen voor te lezen. Het publiek
reageerde met verdiend applaus.

Vervolgens vond de oecumenische dienst
plaats. Die begon met het voorlezen van be-
paalde verzen uit de Koran. De inhoud gaf aan
hoe de Islam over eerbied ten opzichte van
ouderen denkt. De Imam las eerst in het Ara-
bisch en daarna luisterden we naar de vertaling

Een vertegenwoordigster van de Molukse Pro-
testantse Gemeenschap in Venray las in het
Maleis psalmverzen en teksten uit Spreuken
voor, die door vertegenwoordigers van andere
kerken in het Nederlands werden herhaald.

Als aangekondigd was dit een primeur.

Het optreden van de Spaanse Dansgroep viel
zeer in de smaak. De jongens moesten voet-
ballen en daarom heette de groep "Las Ro-
sieras" in plaats van "Los Rosieros".

Iedereen stelde het zeer op prijs, dat men twee
keer van het bijna professionele dansen met de
daarbij behorende Spaanse muziek mocht ge-
nieten.

Het speciaal voor de gelegenheid geschreven
stuk (sketch, act), waarbij twee winkelende
echtparen - wel paren maar niet echt - op het
Henseniusplein zittend mijmeren over "Vroeger
en Nu" werd zo voor het voetlicht gebracht

Alsof de acteurs er al jaren op hadden kunnen
oefenen.

Het is goed, dat wij in Venray mensen hebben
die zo'n sketch niet alleen kunnen schrijven,
maar ook regisseren en ten uitvoer kunnen
brengen. Chapeau!



Het hoogtepunt van de middag
was naar de mening van velen
het optreden van de 10-jarige
Floortje van der Giessen. Wat deed ze het leuk
en wat hebben we van haar zingen en haar
manier van acteren genoten.

Tot slot van een geslaagde middag gaf de -
ongetwijfeld zeer tevreden - voorzitter van het

Comité Jaar van de Ouderen een overzicht van
wat er in het afgelopen jaar in Venray in het
kader van het Jaar van de Ouderen, "naar een
samenleving voor alle leeftijden", was gebeurd.

Tot halfvijf speelde het Seniorenorkest en men
kan op een fantastische middag en een goed
jaar terugzien.

Tijdens de manifestatie zijn foto's gemaakt.
Deze liggen ter inzage in De Kemphaan.

Jan Beerens

ALS IK LATER SO BEN

Zoals in het vorige artikel reeds vermeld werd voor de
kinderen van alle basisscholen een opstelwedstrijd uit-
geschreven.

In de vorige editie van De Schakel hebt u al kunnen ge-
nieten van het gedicht van Susan Keysers.

Hieronder volgt het opstel van de eerste prijswinnaar:

Willem van de Riet
van "De Vlaswei"

Als ik 80 ben hoef ik nooit meer te werken. Alle
klusjes worden dan gedaan door mijn huisro-
bot.

Ik heb dan ook een supersonische stofzuiger
die kan lopen en uit zichzelf het hele huis
schoonmaakt.

Alle auto's kunnen zweven, zodat je nooit meer
files hebt, want iedereen zweeft over elkaar
heen of onder elkaar door.

Als ik aan het vliegen ben en mijn accu is op
(alle auto's zweven op stroom) heb ik altijd een
reserve accu bij me en als ik dan op een knop
druk gaat die werken.

Mijn moeder en vader leven nog dankzij een
pilletje dat ze hebben ingenomen.

Mijn zus woont op de maan.

Nu zult u wel denken hoe kan dat? Maar men
heeft een grote luchtbel om de maan gemaakt,
zodat je er kan leven. Als je van de aarde naar
de maan wilt, of andersom, moet je naar een
glazen holle buis lopen die midden in de stad
staat, want daar zit een lift in waarmee je naar
de maan kunt. De buis is namelijk verbonden
met de aarde en de maan.

Mijn kleinkinderen komen vaak op bezoek met hun superskates met straalaandrijving en soms hebben ze ook op afstand bestuurbare autootjes die wel driehonderd km. per uur kunnen.

Er is geen milieuvervuiling meer, want alle fabrieken werken op zeewater. Er zijn speciale machines die alle rommel opruimen.

Oorlogen zijn er niet meer, omdat alle landen van de wereld een vredesverdrag hebben getekend. Alle bedreigde diersoorten komen weer terug.

President Clinton en President Jeltsin komen elke zondag bij elkaar om een kopje koffie te drinken.

Er is geen armoede meer en alle burgers over de hele wereld zijn gelijk en zijn vrij.

Er is ook geen dwangarbeid meer en niemand wordt mishandeld.

Iedereen wordt gemiddeld honderdveertig jaar oud, doordat iedereen een pilletje heeft ingenomen.

Het is dan dus heel leuk in 2070!



De andere prijswinnaars zullen we ook zeker nog aan het woord laten. Let dus op de edities in 2000!

De Redactie

“GEZONDHEIDSZORG”

santé

op uw gezondheid!

Wat eten we vandaag?

Sinterklaas achter de rug, lekker gesnoept, niet veel natuurlijk, maar wat speculaas, taaitaai, pepernootjes, borstplaat, marsepein...

Tjongejonge, als je dat zo opschrijft is het toch wel een heleboel. Maar dat mag toch wel één keertje per jaar? En was het nou echt zoveel?

Nu gaan we de winter in, de tijd van stampotten en van zware kost. En dan vragen we ons weer af... verse groenten of aanvulling van vitamines? Moet dat?

De nieuwste trend op voedingsgebied is: met vitamines verrijkte snoepjes, dranken en zuivelproducten. Maar net als voor vitaminepillen geldt: je hebt ze niet nodig als je gezond bent en gevarieerd eet. Sterker nog: een teveel aan vitamines doet ons lichaam ook geen goed.

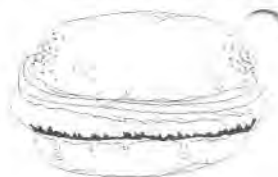
Af en toe wat extra “weerstand” kan geen kwaad, zolang we deze voedingsmiddelen maar niet gaan gebruiken als vervanging voor echt voedsel. Een echte sinaasappel en een volkoren boterham zijn nog altijd gezonder, daar zitten naast vitamines ook zuren, voedingsvezels en mineralen in.

Calcium en ijzer, ja hoor, we weten het wel, nodig voor de aanmaak van nieuw botweefsel en bloed. Nou dat komt dan mooi uit, want in de winterkost vinden we in de top 10 van de groenten met calcium en ijzer boerenkool, prei, spruitjes, broccoli, Chinese kool, spinazie (ook uit de diepvries!).

Uit onderzoeken is gebleken dat als men dagelijks groente en fruit eet, men minder kans heeft op bepaalde soorten kanker, en er minder harten vaatziekten zijn. Hoe dat precies werkt daar zijn de wetenschappers nog niet helemaal achter, men veronderstelt dat dit te maken heeft met de positieve invloed van antioxidanten, die volop in groenten en fruit zitten.

De onderzoekers hebben ook ontdekt dat men soms verkeerde ideeën heeft over groente en fruit. Dat gekookte groenten niet gezond zijn, of dat rauwkost te weinig vitamines bevat en niet goed verteerbaar is, of dat er te veel bestrijdingsmiddelen in zitten.

Het lijken wel excuses om tóch maar naar die “snelle hap” te grijpen en dat maar aan te vullen met, zoals eerder gezegd, “vitaminesnoepjes”.



Over groente en fruit zijn er verschillende brochures en ook leuke posters (o.a. “Leef je uit met groente en fruit”) te verkrijgen bij;

Het Voedingscentrum
postbus 85700
2508 CK Den Haag
en

Voor meer en andere informatie is er ook de
Voedingstelefoon : 070 - 306 80 10.

Er wordt ons, Nederlanders, steeds op gewezen om "gezond" te eten. Ik vraag me dan wel eens af: wat is gezond en voor wie? Wetenschappers zijn er inmiddels achter gekomen dat er enig verband bestaat tussen ons voedingspatroon en kanker.

In Japan is er bijv. veel maagkanker, in Amerika komt er meer borst- en darmkanker voor. Hoe, wat, waarom, voorlopig is men daarover nog niet uitgestudeerd.

Een vriend van mij uit Goa, 60 jaar, een ras Indiër, schreef mij onlangs dat hij zijn dagelijkse bord rijst niet meer mocht hebben vanwege zijn abetes. Daar had hij meer moeite mee dan met het etiket "diabetes". Ik kan me daar wat bij voorstellen, want welke effect heeft rijst daar nou op? Dat is toch een natuurproduct, nog natuurlijker dan onze aardappel?

Stel nou eens dat onze aardappel op diezelfde wijze verboden wordt, wat doen we dan met die gekookte spruitjes, of de boerenkool? Of de hutspot?

Bij de "agenda", op blz. 10 in dit blad, nodigt de ANBO u uit voor een lezing van mevrouw M. Coppis, diëtiste.

Zij geeft u antwoord op uw vragen over bijv. vitaminepilltjes, anti-oxidanten, voedseltrends, en vooral over "voeding voor ouderen".

In deze tijd van winterkost en de lekkere snoeperijtjes rond de feestdagen is het wel eens goed om even stil te staan bij ons eetpatroon.

En wie weet komen we dan tot de volgende conclusie: dagelijks een beetje gezond en een beetje lekker... dan blijft alles in balans!

Wij wensen het u!

Maria Theuws / Margriet Halverhout

□ *Van Stamboom tot Familiegeschiedenis.*

Stamboomonderzoek of met een chic woord "Genealogie" is een leuke en boeiende liefhebberij. Het is een onderwerp dat bij veel mensen tot de verbeelding spreekt.

Steeds meer mensen willen dan ook weten wie hun voorouders zijn, waar ze leefden en wat ze deden.

Op dit moment zijn er in Nederland tienduizenden mensen bezig met deze interessante hobby, die in sommige gevallen zelfs verslavend kan werken.

Het "Seniorservice-gilde Venray" wil mensen uit deze streek op weg helpen deze hobby ook te gaan beoefenen.

Onder leiding van een amateur-genealoog zullen de nieuwe "stamboomonderzoekers" wegwijs gemaakt worden in de aanpak van zo'n onderzoek. In het vervolgonderzoek zal hij hun behulpzaam zijn bij hun navorsingen.

Vanaf januari is er elke woensdagmorgen van 09.30 - 12.00 uur gelegenheid om aan deze activiteit deel te nemen.

□ *Internetten*

Internetten begint steeds meer gemeengoed te worden en is bijna niet meer weg te denken uit ons dagelijks leven. Velen die een computer bezitten zouden ook graag willen internetten, maar missen de basiskennis om dit te beoefenen.

Het "Seniorservice-gilde Venray" biedt op korte termijn de mogelijkheid om deze basiskennis te verwerven.

Onder begeleiding van een deskundige wordt men vertrouwd gemaakt met het werken en surfen op internet.

Vanaf december is er elke dinsdagavond van 20.00 - 21.30 uur gelegenheid om aan deze activiteit deel te nemen.

Zoals al onze activiteiten zijn ook deze weer zeer geschikt voor jong en oud.
De kosten zijn erg laag en variëren per activiteit.

Is dit iets voor u?

Voor nadere informatie kunt u bellen,

Telefoon (0478)- 512139.

U mag overigens ook geheel vrijblijvend bij ons binnenlopen op dag en tijdstip dat de betreffende activiteit bij ons plaatsvindt.

Ons adres is:

Hobby- en Creativiteitscentrum

Prins Bernhardstraat 12A

5802 BM VENRAY

DE LAATSTE

U hebt met deze editie het laatste nummer van dit millennium van DE SCHAKEL in handen.

Reeds 14 jaar wordt dit ouderenblad in Venray en kerkdorpen verspreid.

Het redactieteam start in februari 2000 het derde lustrum en heeft daarvoor het voornemen om de lay-out iets aan te passen. Een klein voorproefje kunt u reeds in dit nummer vernemen als u kijkt naar de headers boven elke kolom.

Hoe een en ander eruit gaat zien, ziet u dus in 2000, maar gezien de positieve reacties die wij van de lezers mochten ontvangen, zal het verschil niet erg groot zijn.

Wij houden het dus ook in het derde lustrum op de vertrouwde formule.

“Goede wijn behoeft geen krans”, maar toch zouden wij het zeer op prijs stellen, als wij in het nieuwe jaar nog wat meer reacties mochten ontvangen uit de lezerskring.

Ons streven blijft er op gericht een contactblad uit te brengen voor iedere 55-plusser in Venray.



Op de foto v.l.n.r. Paul Rippe, voorzitter, George Dobbelaer, redactielid, Sjef Martens, redactielid, Fredie Heintjes-Reijnen, secretariaat, Piet Theuws, redactielid, Maria Lenkens – Ermens, redactielid, Gerrit Schoonderbeek, grafische vormgeving en audioproductie. Op de foto ontbreekt Margriet Halverhout; plicht riep haar elders.

Wij prijzen ons gelukkig, dat dit streven bij de Centrale van Ouderenverenigingen en de gemeente is onderkend en onze “armslag” iets ruimer is gemaakt, maar alles staat en valt in wezen met het belang dat de lezers aan dit blad hechten. Vandaar dus nogmaals de vraag: stuur of bel uw mening naar de redactie. Liefst op een computerschijfje in Word!

Het redactieadres vindt u onder aan op de laatste pagina van dit blad.

Overigens, faxen kan ook. Dit kan middels: **(0478 – 51 65 76).**

De redactie vertrouwt ook in het nieuwe jaar, in de nieuwe eeuw haar lezers zo goed mogelijk te informeren en te onderhouden.

Zij hoopt dan ook te kunnen vermelden, dat de gemeentelijke politiek het ouderenbeleid tot één van haar speerpunten maakt.

Wij wensen alle lezers:

**AANGENAME FEESTDAGEN
EEN PRACHTIGE JAARWIS-
SELING**

**EEN GEZOND EN GELUKKIG
2000 EN VELE DAARNA**



BELEIDSPLAN

In mei 1998 verscheen het (eerste) beleidsplan van de Centrale van Ouderenverenigingen onder de titel:

“Senioren met Visie en Ambitie”.

De bedoeling hiervan was méér bekendheid te geven aan de organisatie van Seniorenraad en Centrale, hun werkwijze en de gestelde doelen.

van dit soort zaken. Bij het verschijnen van het (eerste) beleidsplan en tijdens de daarop gevolgde externe contacten moest meermalen geconstateerd worden, dat die mening juist was.

Onderkend werd dat het niet zo lang zou duren voordat dit (eerste) beleidsplan zou moeten worden aangepast aan de ontwikkelingen die zich zouden aandienen.

We zijn nu inmiddels ruim anderhalf jaar verder en de veranderingen die zich hebben voorgedaan zijn van dien aard geweest, dat actualisering van de beleidsnota nu al noodzakelijk bleek.

In november heeft de Seniorenraad dan ook een ontwerp voor een nieuwe versie van het beleidsplan bij de Centrale ingediend. De aangesloten verenigingen zijn nu bezig zich daarin te verdiepen en zullen binnenkort hun mening daarover uitbrengen. Gehoopt wordt dat begin januari 2000 het nieuwe beleidsplan kan worden vastgesteld.

Wij zijn voornemens u daarover in de volgende editie(s) van De Schakel meer te vertellen, zodat ook u in grote lijnen met de inhoud van dat plan op de hoogte zult zijn.

De Redactie

POSITIE OUDEREN IN DE ISLAM.

Tijdens de oecumenische gebedsdienst, die onderdeel vormde van de slotmanifestatie van het Internationale jaar van de Ouderen op zaterdag 6 november jl., werd ook gesproken door de Imam van de Islamitisch-Turkse gemeenschap in Venray.

Zijn woorden maakten bij menigeen indruk, reden waarom we hier een verkorte weergave laten volgen.

God vertelt in de Koran (vers Soerat al-israa) dat Hij de mens verheven heeft boven vele andere geschapenen. Dit maakt duidelijk dat jong-oud, rijk-arm, ieder mens het verdient om respectvol en eerbiedwaardig bejegend te worden.

Daarom heeft God bepaald dat men goed moet zijn voor de ouders. Citaat uit Soerat al-israa: "of nu één van tweeën of allebei bij jou de ouderdom bereiken, zeg dan niet foei tegen hen, bejegen hen niet onheus en spreek op een hoffelijke manier tot hen".



De laatste profeet Muhammed zegt in een overlevering: "Wie de jeugdigen niet liefheeft en vergeeft en de ouderen niet met eerbied bejegt, hoort niet bij ons".

In een andere overlevering: "Indien een jeugdige, een oudere vanwege diens leeftijd eert, zal God zorgen dat de jeugdige bij het bereiken van ouderdom ook door een jeugdige zal worden geëerd".

Een mens moet zich afvragen hoe hij of zij bij het bereiken van de ouderdom bejegend wenst te worden en zijn gedrag daarop baseren. Het spreekwoord zegt immers: Wat je zaait, zul je oogsten".

De grote Turkse denker en filosoof Yunus Emre zegt: "Heb alle geschapenen lief, vanwege hun Schepper".

Ter afsluiting kan gezegd worden dat moslims, op basis van de Koran en de overleveringen van de profeet Muhammed, de ouders en de ouderen in het algemeen respectvol en eerbiedwaardig moeten behandelen. Wat de religie en afkomst van een oudere ook is, hij of zij verdient respect en eerbied. Immers, volgens de Islam is eenieder voortgekomen uit één vader en één moeder.

Gerard Remmers

GEHANDICAP- TENPLATFORM

Twee vragen aan het gehandicaptenplatform:

1. Hebben jullie ook informatiefolders?
2. Wat is een PGB ook alweer?

Om met de laatste vraag te beginnen. Een PGB is een *persoonsgebonden budget*, een geldbedrag voor het kopen van zorg (op maat).

Een PGB kunt u verkrijgen via een aanvraag bij het zorgkantoor van CZ-groep of VGZ.

De sociale verzekeringsbank (SVB) betaalt uit. Het ene deel aan u, de budgethouder, het andere deel in opdracht van u rechtstreeks aan uw hulpverlener(s).

Een PGB is bestemd voor mensen die langdurig zijn aangewezen op verpleging en verzorging en voor zorg voor mensen met een verstandelijke handicap. Naar verwachting komt er binnenkort ook een PGB-regeling voor geestelijke gezondheidszorg en verpleeghuiszorg.

Het antwoord op de eerste vraag is: in diverse (openbare) gebouwen liggen folders over het Gehandicaptenplatform en Traxx, de reisservice voor gehandicapten.

Ook een klachtenformulier is meestal bij deze folders te vinden.

Wilt u meer informatie, een vraag stellen of iets signaleren waarvan u denkt dat het Gehandicaptenplatform er iets aan kan doen, bel dan : **(0478) - 58 44 44**. U krijgt dan iemand van de Algemene Hulpdienst aan de telefoon. Via de Algemene Hulpdienst wordt uw vraag of signalering aangenomen, geregistreerd en doorgegeven aan het Gehandicaptenplatform. U kunt bellen van maandag tot en met vrijdag tussen 09.00 en 12.00 uur.

Annie van Velzen

WIST U DAT...?

- de gemeente Venray voor de minima een bijdrage geeft ad. f 100,00 voor deelname aan clubs, cursussen, bezoek schouwburg etc.

De vervaldatum voor de aanvraag is 1 februari 2000. **Telefoonnummer: 52 33 33**

- u aan de hand van een cassettebandje in uw auto een speciale tocht kunt maken in de Achterhoek en zelfs de "witte wieven" tegen kunt komen?
- de ANBO/KBO een fantastisch wandelprogramma heeft samengesteld?
 - 15 december St. Anna vanaf Seniorservice
 - 19 januari De Hamert " De Kempphaan
 - 16 februari Heidse Peel " De KempphaanDe organisatie in handen is van:
Jo Mertens ANBO **telefoon: 583453**
Toon Broeksteeg KBO **telefoon: 580732**
- de wandeltocht op 17 november jl. naar Griendtsveen onder leiding van Jan Bukkums en de ontvangst met koffie door de plaatselijke KBO zo'n groot succes was dat men nu al reikhalzend uitziend naar 15 december?
- u ook kunt mee genieten als u even een telefoontje pleegt naar één van beide hiervoor genoemde heren?

OUDERENHUISVESTING

In Venray zijn de laatste jaren in en nabij het centrum nogal wat woningen en appartementen gebouwd die met name door ouderen worden bewoond.

Ook de huidige (en toekomstige) bouwactiviteiten wijzen op de veronderstelling dat o.a. veel ouderen belangstelling zullen hebben voor een nieuwbouwappartement in of nabij het centrum.

Op zich is die veronderstelling niet onjuist. De praktijk geeft immers aan, dat het juist de ouderen zijn die - wanneer zij het tijd vinden om wat kleiner en wat gerieflijker te gaan wonen - voor een appartement kiezen dat bovendien wat dichterbij het centrum is gelegen.

Zo op het eerste gezicht wijst alles er op, dat de gemeente Venray volop oog heeft voor deze categorie inwoners.

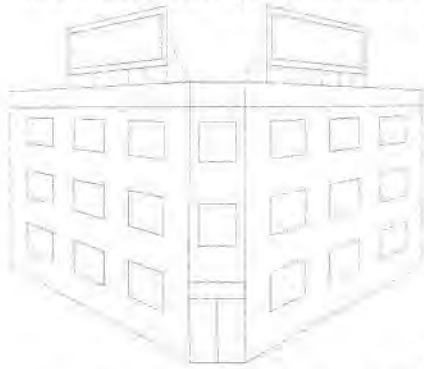
Binnen de Commissie Ouderenhuisvesting van de Centrale van Ouderenverenigingen wordt daar wat genuanceerder over gedacht.

Niet dat men vindt, dat er niet voldoende gebouwd wordt. Wel, dat bij dat bouwen onvoldoende rekening is en wordt gehouden met het feit, dat woningen en appartementen, die (ook) door ouderen bewoond (zullen) worden, aan speciale eisen moeten voldoen om ze voor bewoning door die categorie ook geschikt te laten zijn. En daar mankeert het in Venray nogal aan.

De Commissie Ouderenhuisvesting heeft op dit punt de proef op de som genomen en heeft o.a. de (nog vrij nieuwe) appartementencomplexen Kloosterhof en Alfridahof aan een zogenaamde "thuis-test" onderworpen.

Het resultaat daarvan was dat deze complexen op nogal wat punten niet voldoen aan de eisen die gesteld mogen worden aan woningen die voor ouderen (al dan niet met een handicap)

worden bewoond. Nu kan men daar tegen inbrengen, dat bedoelde appartementencomplexen niet speciaal voor ouderen zijn gebouwd.



De stellingname van de Commissie is echter, dat het voor de hand ligt dat het juist de ouderen zijn die voor dergelijke appartementen belangstelling hebben en het dus vanzelfsprekend zou moeten zijn, dat hiermee van tevoren in die zin rekening wordt gehouden, dat bij de bouw alle voorzieningen worden getroffen die dergelijke appartementen (ook) voor het bewonen door ouderen geschikt maken, waardoor deze in staat zullen zijn zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen.

Doordat hiermee in het (recente) verleden onvoldoende rekening werd gehouden, is er een situatie ontstaan waarin achteraf allerlei voorzieningen moeten worden getroffen die dan uit de WvG-gelden betaald moeten worden, of dat de zogenaamde "opplusregeling" moet worden toegepast om de appartementen alsnog geschikt te maken.

Allemaal werk achteraf!

Dat kost veel tijd, moeite en geld, en brengt bovendien veel ergernis teweeg.

Van belang is dan ook te bereiken dat de gemeente bij het (laten) ontwikkelen van bouwplannen zoveel mogelijk rekening zal (laten) houden met de eisen die voor het bouwen voor ouderen moeten gelden.

De Seniorenraad heeft deze kwestie (op initiatief van de Commissie Ouderenhuisvesting) schriftelijk bij het gemeentebestuur aanhangig gemaakt.

Dit heeft inmiddels geleid tot een eerste overleg met beleidsambtenaren van de betreffende vakafdeling op het gemeentehuis met als resultaat, dat van die kant wordt onderkend, dat de Commissie Ouderenhuisvesting bij het ontwikkelen van bouwplannen een plaats moet krijgen die het mogelijk maakt vroegtijdig te kunnen adviseren.

Dit is een belangrijke stap in de goede richting. Afgesproken is verder, dat de gemeente op korte termijn een nota zal uitbrengen met als onderwerp "ouderenhuisvesting" waarin zowel beleidsmatig als concreet inhoud zal worden gegeven aan de problematiek van de ouderenhuisvesting.

Alles bij elkaar concludeert de Commissie Ouderenhuisvesting op de goede weg te zijn om te bereiken dat bij het maken van plannen voor het bouwen van woningen/appartementen zoveel mogelijk rekening wordt gehouden met de belangen van de ouderen.

Commissie Ouderenhuisvesting

NIEUWJAARSWENS

Iedere jaarwisseling is aanleiding om eens terug te kijken naar het afgelopen jaar en je af te vragen wat het nieuwe jaar zal brengen.

Maar voordat ik daartoe over ga wil ik eerst alle ouderen alle goeds toewensen voor het jaar 2000.



Het belangrijkste en kostbaarste goed van ons allen is onze gezondheid. Wanneer de gezondheid in orde is, is

de rest relatief bijzaak.

Ik wens daarom eenieder van harte een goede gezondheid toe en ik spreek ook de wens uit dat er in de familiekring geen droeve gebeurtenissen zullen voorkomen.

In het afgelopen jaar zijn weer veel mensen bezig geweest met het behartigen van de belangen van ouderen. Dat gebeurde niet alleen in het kader van de ouderenbonden, maar daarnaast zijn er dagelijks veel vrijwilligers in de weer, (denk maar eens aan de mantelzorg), om voor hun leeftijdsgenoten iets te doen.

Deze mensen, die veelal in stilte zonder veel ophef hun werk doen, verdienen onze hoogste waardering.

Een van mijn wensen is, dat zij dit goede werk ook in de toekomst zullen blijven doen.

Het is algemeen bekend, dat het aantal ouderen toeneemt en daardoor ook de behoefte aan zorg. Er bestaan nog steeds lange wachtlijsten voor medische zorg en voor thuiszorg.

Ik hoop dat de vertegenwoordigers van de ouderenbonden in de verschillende organisaties die zich met zorg bezighouden, hun uiterste best zullen doen om in het nieuwe jaar iets aan die onbevredigende situaties te doen.

Daarbij is het van belang, dat deze vertegenwoordigers gesteund worden door een sterke achterban.

Langs deze weg roep ik daarom alle 55-plussers die nog geen lid zijn van een landelijk werkende ouderenbond – zoals KBO, ANBO en PCOB – op, om lid te worden van een van deze bonden.

De macht van het getal is groot. Indien alle 55-plussers lid zouden zijn van een ouderenbond, dan zou in Nederland de wereld voor deze leeftijdscategorie er heel anders uitzien.

Tot slot, nogmaals: ik wens u allen, mede namens het bestuur van de KBO Venray-kom van

harte het allerbeste toe in de toekomst en ik hoop dat we elkaar over een jaar weer in goede gezondheid mogen ontmoeten.

A. Turkenburg
Voorz. KBO afd. Venray-kom

ANBO-AGENDA

- ⇒ Lezing **op 14 december om 14.00 uur** in De Kemphaan.
Op deze middag geeft de diëtiste mevrouw M. Coppis een uiteenzetting over "Voeding voor ouderen". Zij zal aansluiten op de lezing van mevrouw Gulike in november.
Met de feestdagen voor de boeg is deze lezing beslist een aanrader. Zie hiervoor ook het artikel op bladzijde 4.
- ⇒ Afsluiting millennium op **28 december**.
Op een van de laatste dagen van het millennium dat voor velen van ons dankbare, maar ook minder fijne herinneringen oproept, leek het ons een goede gedachte om met elkaar wat van die herinneringen op te halen.
Wij nodigen u dan ook van harte uit om dit te doen onder het genot van een drankje, koffie, thee (met vlaai!) in het gebouw van SeniorService aan de Prins Bernhardstraat.
Tijdstip van aanvang zullen wij tijdig publiceren in Peel en Maas en op de Kabelkrant.
- ⇒ "Kloosters in Venray" op **18 januari 2000**.
Om 14.00 uur in De Kemphaan komt heer A. den Brok het een en ander vertellen over de geschiedenis van de vroegere kloosters in Venray.
Onze gemeente was vroeger bijzonder gezegend met kloosters, want ze heeft vanaf 1422 – waarin het eerste klooster werd gesticht – in totaal 14 kloosters gekend. Daarvan bestaan er momenteel nog twee.
- ⇒ "Natuurvriendelijke tuinen" op **15 februari 2000** in De Kemphaan
Een medewerker van het Samenwerkingsverband Milieuvorlichting Limburg zal een voordracht houden over hoe we een natuurvriendelijke tuin kunnen aanleggen en welke zaken en middelen van invloed zijn op

ons milieu. Deze voorlichting wordt geïllustreerd met schitterende dia's.

Deze voordracht begin om 14.00 uur!

⇒ Op **21 maart 2000** is er een excursie gepland naar het Afrikamuseum. Het vertrek is om 10.00 uur vanaf het Kennedyplein.

Mocht u belangstelling hebben voor deze interessante en mooie excursie dan dient u zich zo spoedig mogelijk aan te melden bij het secretariaat : Langeweg 61 in Venray.

⇒ Eind april of begin mei staat nog een excursie gepland naar Kleef of Xanten.

Wilt u hieromtrent meer weten let dan op de aankondigingen in de diverse media en hebt u belangstelling, dan kunt u terecht op het secretariaat :

P. van de Geer

Langeweg 61

5801 XW Venray

telefoon (0478) – 58 26 70

ZOMER

"t Is weer voorbij die mooie zomer".

Zo zong Gerard Cox inmiddels al weer een aantal jaren geleden.

We hebben inderdaad een mooie en vooral lange zomer achter de rug. Tot half september maar liefst.

Soms liepen de temperaturen wel erg hoog op. En eerlijk gezegd is het bij mij zo dat, naarmate de temperatuur (boven de 25 graden) verder stijgt, mijn drang om nog erg actief bezig te zijn evenredig zakt.

Net als bij commu-
nicerende vaten.

Maar goed, daar wilde ik het nu niet over hebben. Wel over het benutten van die mooie zo-

mer om veel te fietsen. En dat er door veel ouderen heel wat is afgefietsd in de afgelopen zomermaanden, staat voor mij wel vast.

Overal kwam je ze tegen. Niet alleen fietsend, maar ook zittend op de terrassen alvorens aan een volgende etappe te beginnen. Want op dit punt worden de routes kennelijk zorgvuldig gekozen.

Alles bij elkaar heb ik de indruk dat de ouderen hierdoor een behoorlijke bijdrage hebben geleverd aan het voortbestaan van de horeca-sector.

Fietsend over de wat smallere binnenwegen krijg je natuurlijk ook te maken met het overige verkeer.

Ik doel hier op de tegemoetkomende en achterop rijdende auto's. Ruim baan voor de fietsers, dat wel. Maar vaak zó ruim, dat ze met twee wielen net over de wegrand in het droge zand terechtkomen om vervolgens de argeloze fietsers, die al achter elkaar zijn gaan rijden om de automobilist voldoende ruimte te geven, in grote stofwolken achter zich te laten.

En daar rijd je dan op de fiets in je zomertenuue dat je 's morgens schoon en fris hebt aangetrokken.

Hartelijk dank.

Thuis maar weer onder de douche en het tenue in de was.

Als ik me niet vergis, heb ik zelfs een paar auto's voorbij zien komen, waarvan de bestuurders - bij het kijken in hun achteruitkijkspiegel - een grijns op hun gezicht hadden. Helemaal zeker weet ik het evenwel niet. Het was nogal stoffig en dus moeilijk te zien.

Gerard Remmers

NIEUWS UIT DE KEMPHAAN

Gratis internetten voor ouderen.

Nog tot half februari kunnen ouderen tijdens de openingsuren (9.00-12.00 uur en 13.30-17.00 uur) gratis internetten in "De Kempphaan". Op verzoek kan voor deskundige hulp worden gezorgd.

Met ingang van 2 januari zal "De Kempphaan" ook op zondag enkele uren open zijn om

Gezellig met elkaar een kopje koffie/thee en/of andere consumpties te drinken. Aan KBO en ANBO is gevraagd welke tijden het meest geschikt zijn.

Wij houden u op de hoogte.



UNIE VAN VRIJWILLIGERS

Onlangs hield mevrouw Olaerts uit België een zeer humoristische lezing met als thema: "Er schuilt een juweel in jezelf"

Zij hield de aanwezigen een spiegel voor hoe belangrijk in deze tijd vrijwilligerswerk is voor maatschappij en vrijwilligers zelf.

Ondanks de stijgende economie blijven bezuinigingen binnen, onder andere, zorginstellingen prioriteit nummer één.

De vrijwilligers van het U.V.V. beseffen terdege dat hun zorg, die niet door professionele medewerkers kan worden gedaan, een grote toegevoegde waarde heeft.

De intramurale hulpverlening is gericht op kwalitatieve ondersteuning, waarbij continuïteit hoog in het vaandel staat.

Deze inzet voor de ander leidt tot het omgekeerde resultaat dat men zichzelf beter gaat voelen en daardoor "het juweel in zichzelf" ontwaart.

Voor mensen, die zich tot deze zorgverlening aangetrokken voelen, is de U.V.V. de aangegeven organisatie.

De vrijwilligers van de Unie Van Vrijwilligers werken in: ziekenhuis, Schuttersveld, Vincent van Gogh-instituut en gehandicapteninstituut De Wendel.

Wilt u meer weten over de taken, of hebt u belangstelling in een kosteloos lidmaatschap of andere zaken, neem dan contact op met de voorzitter:

Mien Spreeuwenberg
Wilhelminstraat 35A
5802 BA VENRAY
Telefoon: (0478)- 58 62 37

OPMERKELIJKE OPMERKINGEN

☆ In een boekbespreking naar aanleiding van het verschijnen van een nieuwe vertaling van Cicero's *Over ouderdom en vriendschap* schrijft Joep Dohmen: "Ik ben er heus niet voor dat oude mensen in het bejaardentehuis de geraniums opeten, maar ik ben tegen het fenomeen Seniorenfestival zoals onlangs in Den Bosch. Het is een krampachtige poging van ouderen om mee te mogen tellen, bang als ze blijkbaar zijn voor een gebrek aan erkenning.

Ze menen dat je op hoge leeftijd je prestige nog aan de prestaties van de jeugd zou moeten ontlenu.

God beware me voor de dag dat mijn oude moeder kraaiend op mij afkomt skaten met de uitroep: 'Kijk eens wat oma nog kan...!'

(bron: Filosofie Magazine oktober 1999)

☆ Bericht op de deur van een restaurant:
"Wegens opening gesloten"

☆ Rouw is de prijs die je betaalt voor de liefde.

(Jos Brink)

☆ Woorden van een nu 91-jarige:
"Als ik geweten had, dat ik na mijn pensionering nog zo lang zou leven, dan had ik toch nog wat ondernomen".

☆ De economische groei wordt niet tot stand gebracht door de overheid maar door werkende mensen.



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

Redactieadres: F. Heintjes - Reijnen
Dennenoord 9, 5801 SV Venray.
Telefoon: 0478 - 58 28 34