

DE SCHAKEL

INFORMATIEBLAD VOOR OUDEREN IN DE GEMEENTE VENRAY
Jaargang 18 nummer 10 oktober 2003

Datum eerstvolgende uitgave: 24 okt. 2003

Kopij inzenden vóór 15 okt. 2003

DE INHOUD VAN DIT NUMMER

- Column: Oost-Europeanen
- ANBO - Info
- Driedaagse reis KBO
- Synthese: Activiteiten voor ouderen
- Gezondheidszorg
- Schakeltjes
- De ANBO-foon een simpel mobieltje
- Gehandicaptenplatform: Samen doen
- Fietstocht
- Om alvast te noteren
- Agenda

COLUMN

OOST-EUROPEANEN.

Oost-Europeanen, zoals Polen, Yoegoslaven en Oekraïners zijn in ons land de laatste tijd vaak in het nieuws. Mannen en vrouwen blijken vanuit die landen in groten getale naar Nederland te komen om werk te vinden. Ze komen langs de deur en vragen om werk. Men hoort positieve verhalen over hen, maar soms komen ze ook negatief in het nieuws.

Bij inbraak, diefstal en aanrijdingen ligt hun naam, terecht of onterecht, vaak het eerste op de tong bij veel mensen.

Het zijn over het algemeen flinke werkers, die de handen uit de mouwen willen steken en van aanpakken weten, voor weinig geld, maar wel inclusief kost.

Ellie heeft zo haar grote huis een totale schoonmaakbeurt laten geven door twee Poolse vrouwen. Nu kan ze er weer jaren tegen.

Wim wil zijn huis opschilderen, maar heeft niet zoveel zin om daar zijn hele vakantie aan op te offeren. Hij hoort van twee Poolse mannen die voor weinig Euro's per uur en een warme maaltijd per dag, dit karwei wel willen klaren.

Wim legt uit en doet voor (ze kennen geen Duits en geen Engels) wat er zoal moet gebeuren, nl schuren, plamuren, weer schuren, gronden en lakken. Ze beginnen, heel secuur, maar na een dag hebben ze pas één raam gedaan. Wim denkt, dat het de volgende dagen wel sneller zal gaan, maar helaas niet en dan probeert Wim uit te leggen, dat het gerust wat sneller mag en kan.

Daar hebben de Polen wel oren naar en binnen een paar dagen is het karwei geklaard.

Wim is uiteindelijk € 500.-- armer en de rest van de vakantie mag hij werken om de gemorste verf van de ruiten te krijgen.

Maria Lenkens-Ermens

De Kemphaan aan het Kennedyplein is het **ontmoetingscentrum** van en voor alle ouderen in Venray.

In groepsverband kun je er volksdansen, Yoga beoefenen, koersballen, biljarten en vergaderen!

Er is vrije inloop voor ouderen individueel om een kopje koffie, thee of een glaasje fris te drinken, wat te praten, een tijdschrift te lezen, een kaartje te leggen of wat te oefenen op de computer.

Vergeet ook niet het wekelijkse koffie-uurtje op zondagmorgen van 10.00 – 12.30 uur !

* Loop eens binnen om "De Kemphaan" te ervaren*

1. Dinsdag, 14 oktober film "De vergeten slag"

De tankslag, die van 26 september tot 16 oktober 1944 in en rond Overloon woedde, wordt tot de zwaarste gevechten gerekend sinds D-day. U ziet en hoort o.a. ook dat mensen die dat hebben meegemaakt daarover spreken. De filmvoorstelling is in De Kemphaan en begint om 14.00 uur.

2. Briefkaartenactie "Handen af van de huursubsidie"

De Nederlandse Woonbond vroeg begin september aan de besturen van ANBO-afdelingen en -gewesten medewerking om vóór Prinsjesdag, dinsdag 16 september j.l., de minister van VROM (Volkshuisvesting, Ruimtelijke Ordening en Milieu) te bestoken met protestkaarten. De actie wordt gevoerd om de huursubsidie te behouden.

De heer Jo Mertens heeft 150 van dergelijke kaarten besteld en uitgedeeld aan diverse personen en instanties en hun gevraagd deze te versturen.

3. Meldactie "Dat zou handig zijn!"

De gezamenlijke ouderenbonden houden weer een meldingsactie. Dit keer gaat het om problemen waarvan leden denken: "Waarom hebben ze daar nou niet iets slims op gevonden of waarom hebben ze dat niet gebruiksvriendelijker ontworpen?".

Onhandigheden zoals problemen met verpakkingen, het hanteren van de strijkplank en het instellen van de videorecorder. Of problemen met het lappen van ramen, met het openen van het bovenraampje, problemen tijdens het tuinieren, tijdens het koken et cetera. Afhankelijk van de reacties organiseren de ouderenbonden een vervolgactie, zoals betere voorlichting of het laten ontwikkelen van een handig product.

De melding kan schriftelijk gebeuren naar het landelijk bureau van de ANBO t.a.v. Iris Vrieling, Postbus 142, 3430 AC Nieuwegein. Of e-mailen naar i.vrieling@anbo.nl.

Wilt u telefonisch reageren dan kan dat via de Gezondheidstelefoon van de Unie KBO.

Leden kunnen bellen t/m 20 oktober van maandag t/m vrijdag van 9.30 tot 12.30 uur.

Telefoon: 0900-8212183 (€ 0,10 per minuut).

(Bron: ANBO informatief 05.09.03)

4. Actie tegen uitkleden gezondheidszorg

Tientallen patiëntenverenigingen, vakbonden en ouderenorganisaties binden gezamenlijk de strijd aan tegen de voorgenomen kabinetsbezuinigingen op de gezondheidszorg. Bijna 2,5 miljoen chronisch zieken en gehandicapten dreigen te worden geconfronteerd met soms duizenden euro's aan extra kosten.

Als het kabinet doorzet, zal de FNV harde onderhandelingen voeren met aanvullende eisen voor chronisch zieken, belooft voorzitter De Waal in het Brabants Dagblad.

Een alleenstaande ziekenfondsverzekerde bijvoorbeeld gaat zo'n € 450,- meer betalen; voor chronisch zieken geldt minimaal het dubbele, zo wordt gevreesd.

Ook mensen die afhankelijk zijn van zittend ziekenvervoer maken zich ernstig zorgen omdat de vergoeding van het vervoer op losse schroeven staat. De ANBO blijft ook hier bovenop zitten en houdt u op de hoogte.

(Bron: ANBO informatief 05.09.03)

5. Lattende AOW'ers

Op aandrang van de ANBO komt de Sociale Verzekeringsbank (SVB) binnenkort met een uitgave over samenwonen. Die moet ook meer duidelijkheid geven aan AOW'ers die een lat-relatie hebben en of hun AOW in gevaar komt. Want woon je wel samen als je bij elkaar eet, samen op vakantie gaat of je vriend of vriendin verzorgt? En wanneer heb je een commerciële relatie?

(Bron: ANBO informatief 05.09.03)

**DRIEDAAGSE REIS KBO AFD.
CASTENRAY- OIRLO- OOSTRUM**

Dinsdagmorgen 9 september om 08.15 uur vertrokken we met 48 personen voor deze driedaagse reis.

Iedereen was goed op tijd want we hadden allemaal erg veel zin in deze reis.

Onze eerste koffiepauze was in Ulvenhout; hier stond de koffie, met lekker gebak, klaar.

Hierna ging de reis verder naar Neeltje Jans, waar de lunch werd gebruikt, waarna we vrij rond konden lopen en alles bezichtigen.

Er was zoveel te zien dat de tijd te kort was, want we wilden ook de rondvaart mee maken, het was jammer dat het toen regende, zodat het uitzicht minder was.

Om vier uur vertrokken wij naar ons hotel "Holland Inn Wemeldinge".

Na de indeling van de kamers hadden we vrij tot 19.00 uur. Toen stond er een heerlijk diner klaar.

De avond kon iedereen zelf invullen; er werd gekaart, gekegeld, gebiljart, gesjoeld, gewandeld en tv gekeken onder het genot van een drankje.

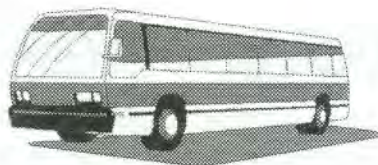
Woensdag 10 september stond vanaf 8 uur het ontbijt klaar; dit was erg goed; er was ruim voldoende.

Om 9.15 uur vertrokken we naar Brugge; hier kregen we een rondleiding bij huisbrouwerij "Straffe Hendrik"; dit bedrijf is reeds actief sinds 1856; hier moesten we veel trappen lopen, waardoor er toch wel een paar mensen waren die dit te vermoeiend vonden; ook hier werd aan gedacht en zij konden al gaan genieten van een lekker pilsje, een Straffe Hendrik.

Na de rondgang werd hier de lunch in buffetvorm gebruikt; deze was erg uitgebreid en lekker.

Hierna werd er een boottocht gemaakt, zodat we van een panoramisch zicht over Brugge konden genieten; daarna hadden we een uur vrij en we zijn toen nog de kathedraal gaan bezoeken.

Om vier uur vertrokken we weer naar Wemeldinge; waar we om half zeven gingen eten, want het Nederlands elftal moest voetballen en er waren toch wel mensen die deze wedstrijd wilden zien (jammer, ze verloren).



Donderdag 11 september om 7.30 uur ontbijt en om 8.15 uur koffers in de bus

en afscheid nemen van ons hotel.

Vandaag gaan we een bezoek brengen aan het "Zeeuws Museum De Ramp van 1953"; dit was erg indrukwekkend want velen wisten er zich nog veel van te herinneren.

Na de koffie met cake stond er al weer een gids klaar voor een rondreis over Schouwen

Duivenland; deze gids wist ons op een heel fijne manier veel te vertellen, over de watersnoodramp en over alles wat dit mooie eiland te bieden heeft.

Om 12.30 uur was de lunch in Zierikzee; hierna hadden we nog een half uur vrij en konden we nog even naar de markt.

Om 14.30 uur begonnen we aan de terugreis; deze verliep zonder file, zodat we extra tijd over hadden voor een koffiepauze in Gilze Rijen.

Om zes uur waren we terug in Oostrum, waar we verwacht werden voor een heerlijk afscheidsdiner.

Het waren drie hele fijne dagen; we hebben veel gezien en enorm genoten.

Organisatie bedankt, het was geweldig.

Mia.



ACTIVITEITEN VOOR OUDEREN

Synthese is in de gemeente Venray in september gestart met de volgende activiteiten: Gymnastiek, internationaal dansen, countryline, energie en bewegen en sportief wandelen.

Tijdens de informatiemarkt van de provinciale KBO eind 2002 in Venray bleek een grote belangstelling, m.n. voor de activiteit sportief wandelen in groepsverband.

Onder leiding van een professionele begeleider van fysiotherapie Weltersweide uit Horst is er op 18 september een groep (om 13.00 uur) bij het Centrum voor Ouderen, De Kemphaan, van start gegaan.

Voor informatie over alle, door Synthese, georganiseerde activiteiten kan men contact opnemen met Senioren Sport Synthese, **tel. 0478 – 517317**

Verder organiseert Synthese in samenwerking met Symbiose op korte termijn (nog 4 plaatsen beschikbaar) een opleiding gymnastiek. Deze opleiding heeft tot doel om cursisten voor te bereiden op de taak gymnastiek te geven aan groepen ouderen.

De opleiding wordt gegeven in zalencentrum "De Donderie" te Roermond. De opleiding omvat 90 lessen, te verdelen over 30

bijeenkomsten. Daarnaast is er een stagetijd aan verbonden teneinde het geleerde ook in de praktijk te kunnen brengen.

Aan de opleiding zijn toelatingseisen verbonden.

De opleiding wordt afgesloten met examens voor theorievakken en voor het les- en leidinggeven. Bij goed gevolg – aan de hand van gestelde criteria – ontvangt men het door het ministerie van VWS erkende diploma MBVO-leid(st)er. De opleiding staat onder auspiciën van de NISB.

Voor verdere inlichtingen kunt u contact opnemen met Senioren Sport Synthese:

telefoon: 0478 – 517317 of

e-mail: unitvenray@synthese.nl

GEZONDHEIDSZORG

santé op uw gezondheid!

MEDIA -WWW

Wenst u meer informatie over de AWBZ - modernisering?

De gemoderniseerde AWBZ is weliswaar operationeel, maar vrijwel dagelijks bereiken ons nieuwe berichten. Om op de hoogte te blijven van de nieuwste ontwikkelingen, hebben wij een aantal internetsites voor u geselecteerd over de AWBZ -modernisering.

www.opkopzorg.nl is de meest uitgebreide en actuele website over de modernisering van de AWBZ. De site geeft onder meer achtergrondinformatie, maar is tevens een prima wegwijzer voor meer informatiekanalen over dit onderwerp.

Via **info@opkopzorg.nl** kunt u zich bovendien aanmelden voor de digitale nieuwsbrief die u informeert over de nieuwe publicaties en/of reacties op de site over de modernisering AWBZ.

www.pgb.nl is de website van Per Saldo, de belangenvereniging van mensen met een PGB, oftewel een **P**ersoons **G**ebonden **B**udget. De algemene AWBZ-folder van CVZ is verkrijgbaar bij het **RIO** (Regionaal Indicatie Orgaan)

tel. **0900 - 20 25 180**.

U weet, voor alle hulpaanvragen, PGB's enz. kunt u altijd het RIO bellen.

De AWBZ-folder is ook verkrijgbaar via het Zorgkantoor en Postbus 51, hetzelfde geldt eveneens voor de Algemene PGB-folder van CVZ.

www.pgb.cvz.nl is de website van het college voor zorgverzekeringen met informatie over PGB, regelgeving en actuele ontwikkelingen.

www.svb.nl is de website van de sociale verzekeringsbank met o.a. informatie over het Servicecentrum PGB.

www.lvio.nl is de website van de landelijke vereniging van indicatieorganen. Informatie over indicatiestelling en RIO's.

bron: blad Zorgbelang

N.b. Ik heb verschillende sites nagekeken en vond daar interessante en eigentijdse berichtgeving.

Er valt heel veel te lezen en op te zoeken. Echter.... jammer vind ik altijd dat iedereen steeds meer 'gedwongen' wordt om informatie eerst op te vragen via websites en lang niet iedereen heeft een computer.

Vandaar ook het telefoonnummer van het RIO, een telefoon pakken is vaak soms wat makkelijker dan websites nalopen.

Heeft u geen computer en wilt u toch graag eens rustig alle informatie nalezen, dan kunt u overdag altijd terecht op het centrum voor ouderen De Kemphaan, Kennedyplein, daar is altijd wel iemand die u wegwijs wil maken.

Ook op de bibliotheek kunt u naar hartelust computeren en is men altijd bereid u te helpen 'hoe het werkt'.

Margriet Halverhout-Sibon

SCHA -



KELTJES

- Over een half jaar is het zover, een gemakkelijk te hanteren GSM, speciaal voor ouderen.
- Als u nu 65 jaar bent en een jongere partner hebt met geen inkomen, ontvangt u een toeslag op uw AOW. In 2015 vervalt deze toeslag.

- Sommige fabrikanten maken behalve hun eigen merkproducten ook goedkopere andere merkproducten.



SAMEN DOEN

DE ANBOFOON, EEN SIMPEL MOBIELTJE VOOR OUDEREN

Veel ouderen willen wel een mobiele telefoon, maar vinden het gebruik te ingewikkeld. Daar heeft de ouderenbond ANBO nu iets op gevonden: de Anbofoon, een simpel mobieltje voor ouderen.



Uit onderzoek van seniorenorganisaties blijkt dat de helft van de ouderen moeite heeft met de vele mogelijkheden, de kleine toetsen en het minimale beeldscherm van hun mobieltje. Een op de tien ouderen gebruikt zijn mobiele telefoon zelfs helemaal niet meer, omdat het te ingewikkeld

is.

Daarom gaat de ouderenorganisatie het heel anders aanpakken.

De Anbofoon, die op 24 september j.l. op de 50+ Beurs in Utrecht werd gepresenteerd, heeft een groot scherm, bellen kan via foto's of het intoetsen van telefoonnummers en voor blinden of slechthorenden bestaat de mogelijkheid nummers op te roepen door de naam van de gewenste persoon uit te spreken.

Aan het mobieltje kan desgewenst een alarmknop worden toegevoegd, waardoor de eigenaar via het satellietstelsel GPS gelokaliseerd kan worden. Een servicecentrum belt dan de dichtstbijzijnde hulpverlener, net als bij de halshanger die veel ouderen hebben.

De telefoontjes liggen pas komend voorjaar in de winkel.

De eigenaar kan bij aanschaf bepalen welke mogelijkheden hij of zij wil gebruiken: alleen bellen of gebeld worden, sms, voicemail en andere technieken. Bovendien kan de koper extra diensten regelen, zoals het leveren van routebeschrijvingen voor onderweg.

Over de betaling, pre-paid of met een abonnement, onderhandelt de ANBO nog met aanbieders.

(Bron: Trouw, 23.09.2003)

In het kader van het Europees Jaar van mensen met een handicap 2003 heeft het Gehandicapten Platform Venray op zaterdag 13-9-2003 het evenement SAMEN DOEN georganiseerd op het Schouwburgplein in Venray.

Het weer was stralend en de stemming was opperbest.

Om 12 uur beet de 1^{ste} sportvereniging, Korfbalvereniging "De Peelkorf" de spits af en daarna kon het voor alle deelnemers niet meer stuk.

De Invalidensport en Belangenvereniging Venray e.o. hadden een tafeltenniswedstrijd georganiseerd waar zelfs wethouder Emonts van de partij was; Teakwondovereniging Tong-il en de voetbalvereniging S.V. Servio nodigden het publiek uit met hen mee te spelen

Ook de standhouders waren heel positief. Stichting "Bronlaak-Heimdal" en D.A.C. etaleerden en verkochten hun eigengemaakte spullen. Zorgboerderij "Boer Hans" en zorgtuinderij "De Lorr" gaven informatie over hun producten en werkwijze.

Joekskapel "Luuster efkes" uit Veulen speelde dat het een lieve lust was en Toon Oudenhoven uit Overloon zong het hoogste lied.

Manege "Seurenheide" was er met een informatiestand, - een demonstratie was niet mogelijk - over de mogelijkheden van paardrijden voor gehandicapten.

Ook ANGO was er met een informatiestand. De interesse van het publiek in de informatie was wat minder maar toch had men het gevoel dat de dag geslaagd was en men gaf te kennen bij een eventuele volgende gelegenheid zeker weer van de partij te willen zijn.

Al met al een geslaagde dag die mede mogelijk is gemaakt door een aantal sponsoren en zo, n dag is zeker voor herhaling vatbaar.

De komende maanden staan er nog meer activiteiten op het programma, waarvan we u op de hoogte houden. Mocht u besluiten ook

daadwerkelijk met het Gehandicapten Platform Venray mee te doen dan kunt u dat aan onderstaand adres kenbaar maken.

**Meldpunt: De Kemphaan tel: 584444
of Centraal Informatie Punt tel: 542120
Secr.: Kruisstraat 1 5801 AL Venray.
E-mail: b_v_berlo@hetnet.nl**

ANBO -FIETSTOCHT

Op 23 september vertrok een groep van ca. 40 mensen om 12.30 uur van De Kemphaan richting het Hippisch Centrum in Deurne. Halverwege de heenreis was een korte stop waar fruit en een drankje werden aangeboden. De fietsers arriveerden na een tocht van 20 kilometer om 14.30 uur bij dit centrum, waar koffie met koek was. Een aantal mensen was met de auto gegaan en was inmiddels ook gearriveerd.

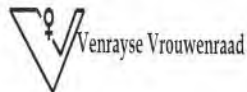
We bezochten de rijbanen waar druk werd geoefend, de trainingsmolen, de stallen waar je kunt zien hoe de dieren verzorgd worden, de hoefsmid en de buitenbanen. Er is een bepaalde route uitgezet zodat je alle aspecten van dit centrum kunt zien.

De leerlingen die er hun opleiding volgen willen tussen hun werk door graag vertellen over datgene waar ze mee bezig zijn.

Na de bezichtiging was er nog een hapje, waarna ieder weer naar huis ging. Voor de fietsers was onderweg nog krentenbrood met koffie.

Ondanks het feit dat de weergoden ons niet goed gezind waren, zowel op de heen- als op de terugweg kregen we een regenbui, was het een gezellige en leerzame middag. Anbobestuur en deelnemers, bedankt.

Maria Theuws-Raedts.



OM ALVAST TE NOTEREN

De Venrayse Vrouwenraad organiseert in samenwerking met de KBO, ANBO, KVG en de Emancipatiewerkgroep Meerlo-Wanssum op woensdag 26 november a.s. om 20.00 uur in de nieuwe zaal van de Witte Hoeve, Gasstraat 5 in Venray een cabaretse voordracht door *Mary Michon* met als titel:

"Hinderlijk blij -later als ik oud ben".

Onder het motto "Grey Power heeft de toekomst" trekt zij ten strijde tegen achterhaalde ideeën over ouder worden. Henk Bokkinga begeleidt haar op de piano.

De Venrayse Vrouwenraad nodigt u van harte uit.

Bijdrage in de kosten: € 2,50 .

AGENDA



Activiteiten voor alle ouderen

*Iedere zondag van 10.00 – 12.30 uur
koffiedrinken in De Kemphaan.*

COLOFON

De Schakel is het contact-/informatieblad van de Centrale van Ouderenverenigingen Venray en bestemd voor alle senioren en belangstellenden in de gemeente Venray. De Schakel verschijnt 10 maal per jaar in een oplage van 2400 ex.

Redactieleden:

Paul Rippe, Annemie Grotens-Verheijen,
Maria Lenkens-Ermens, Margriet
Halverhout-Sibon, Sjef Martens, Piet
Theuws, Rien Gottenbos

Grafische vormgeving/audio-verzorging:

Gerrit Schoonderbeek
Postbus 24, 5800 AA, Venray
Tel. 0478 - 51 65 75 | Fax. 0478 - 51 65 76
e-mail: gschoonderbeek@zonnet.nl

Drukker:

N.L.W.-bedrijven, Venray

Redactiesecretariaat:

Dagobertshof 30; 5801 JK, Venray
Tel. 0478 – 58 30 50

*De Schakel wordt mede mogelijk gemaakt
dankzij financiële steun van Wonen Venray*