

# DE SCHAKEL

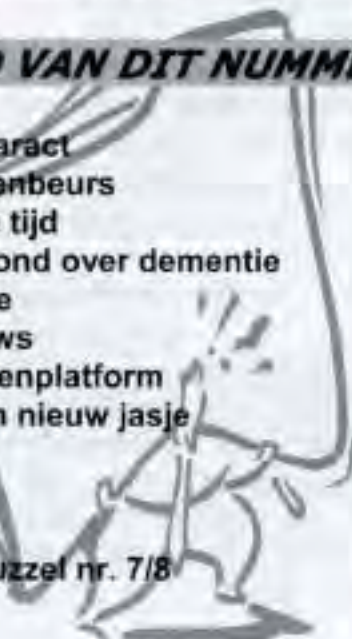
INFORMATIEBLAD VOOR OUDEREN IN DE GEMEENTE VENRAY  
Jaargang 19 nummer 09 september 2004

Datum eerstvolgende uitgave: 01 oktober 2004

Kopij inzenden vóór 22 september 2004

## DE INHOUD VAN DIT NUMMER

- Column: Cataract
- Expo Seniorenbeurs
- Venray bij de tijd
- Informatieavond over dementie
- Seniorservice
- ANBO - nieuws
- Gehandicaptenplatform
- Pas-65 in een nieuw jasje
- Absurd
- KBO nieuws
- Schakeltjes
- Oplossing puzzel nr. 7/8
- Agenda



## COLUMN

### CATARACT

Cataract, oftewel staar, is een troebeling van de ooglens waardoor je minder goed kunt zien. Een oogaandoening, waar vooral ouderen last van hebben. Er is altijd wel een mogelijkheid geweest om te opereren, maar vaak waren de resultaten niet optimaal. Tegenwoordig is zo'n operatie "een fluitje van een cent". Tenminste, dat wordt algemeen beweerd.

Bij de operatie wordt de troebele lens weggezogen en via een klein sneetje in het oog wordt een kunstlens ingeplaatst. Daarna een week lang niet persen, tillen, bukken, sporten, stoeien en vier weken druppelen.

Bij de poliklinische ingreep wordt het oog via oogdruppels verdoofd, je voelt er niets van, dus inderdaad een fluitje van een cent en het gebeurt in het ziekenhuis aan de lopende band, [bij wijze van spreken]

Bij mij is deze operatie goed gelukt, maar tijdens je wachtperiode hoor je ook verhalen van minder goede resultaten en dan blijkt, dat het toch een operatie is waarbij iets mis kan gaan en de resultaten minder goed kunnen zijn.

Toen ik daags na de operatie terugging met het verband nog op het oog, zei een voorbijganger tegen mij: "Als direct het verband eraf is, gaat er een wereld voor je open".

Zo heftig was het bij mij niet, daarvoor was mijn ander oog misschien nog te goed.

Mocht u in de toekomst ook zo'n operatie te wachten staan, of misschien staat u al op de wachtlijst, bedenk dan "het is maar een fluitje van een cent".

Voor de oudere generatie is het in ieder geval een uitkomst dat deze mogelijkheid bestaat.

Maria Lenkens-Ermens  
[lenkens@tref.nl]

## OUDERENADVISING SYNTHESE

Zo lang mogelijk zelfstandig wonen?

- **De ouderenadviseur komt graag langs voor informatie en advies over**

- Wonen
- Zorg
- Welzijn
- Financiële regelingen



Voor een afspraak kunt u contact opnemen met de ouderenadviseur van Synthese ☎ 51 73 17



## EXPO SENIORENBEURS

*Een verslag van mevrouw Ans Beerkens.*

Als regelmatige bezorgster van "De Nestor" kreeg in een vrijkaartje voor de Expo Seniorenbeurs in de Koningshof te Veldhoven op 24 januari van dit jaar.

Ik vond de expositie heel interessant en er was bovendien van alles te doen voor senioren.

Er was ook een stand waar je je naam en adres kon invullen voor een gratis weekend Koningshof. Dat heb ik natuurlijk gedaan!

Op een maandagmiddag in februari belde Henriëtte Berkers van "Koningshof Veldhoven Seniorenvakanties" mij op en vroeg of ik op de beurs was geweest en of ik mijn naam opgeschreven had. Ik zei: "ja" en toen vertelde ze mij, dat ik dat weekend gewonnen had.

Ik kon het niet geloven, want ik win nooit iets. Maar jawel hoor, ik had het weekend van Pinksteren gewonnen en mijn man Leo mocht ook nog mee.

Ik was dolblij en vertelde het meteen aan mijn drie kinderen en die vonden het natuurlijk ook bijzonder fijn.

Nu zijn mijn man en ik daar van vrijdag drie uur tot woensdagmorgen negen uur geweest. Om het maar in één woord te zeggen: "Het was geweldig"!

Lekker eten, twee maal buffet en 's avonds een 3-gangen menu en een glaasje wijn erbij voor en na de middag. En 's avonds een kopje koffie of thee en daarbij hadden ze elke avond om 20.00 uur nog iets geregeld. Elke middag was er ook nog wat te doen.

Een aanrader voor ons senioren. Lekker verwend worden en daarbij een mooie omgeving, vooral om te wandelen of te fietsen. We hebben daar dan ook een hele mooie 7-dorpentocht gefietst; ± 30 kilometer.

Ik wil Henriëtte Berkers nog heel hartelijk dank zeggen voor het fantastische weekend!

Ans Beerkens

## VENRAY BIJ DE TIJD

Op 12 december 2002 werd het plan 'Marianum' officieel gestart. Venray kreeg er in het centrum 22 woningen bij en iedereen was blij. Burgemeester Jos Waals was qualitate qua erbij toen 'de eerste schop' in de grond ging. (Speech, drankje, hapje.)

Ruim een jaar later werd het naambordje van de nieuwe straat in het plan Marianum de 'Burgemeester Scholsstraat' door Mevrouw Schols, die hiervoor uit Den Haag gekomen was onthuld. De 22 woningen waren inmiddels opgeleverd.

(Speech, drankje, hapje.)

Wie schetst mijn verbazing toen ik in de Gemeentegids Venray 2004 - 2005 een plattegrond van Venray aantrof, waarop de Burgemeester Scholsstraat, de verbindingstraat tussen de Minister Charles Ruysstraat en de Monseigneur Nolenslaan niet - **echt niet** - aangegeven wordt.

Wanneer men iets zegt over 'achter de feiten' aanlopen of zo men wil 'niet bij de tijd' zijn is dit een schitterend voorbeeld.

Quo vadis, Venray?

Jan Beerens

## INFORMATIEAVOND OVER DEMENTIE IN VENRAY

Op maandag 4 oktober a.s. vindt in zalen- en conferentiecentrum 'De Witte Hoeve', Gasstraat 5 te Venray, een informatieavond plaats over Dementie. Eenieder die belangstelling heeft voor dit onderwerp, is welkom.

*De toegang is gratis.*

Nederland telt ongeveer 250.000 mensen met dementie. De belangrijkste en meest bekende vorm van dementie is de ziekte van Alzheimer. Bij mensen met dementie gaat het functioneren van de hersenen langzaam maar zeker achteruit.



Zij worden in hun dagelijkse leven steeds afhankelijker van anderen.

weederde van de mensen met dementie woont thuis. Het zorgen voor een dementerende is meestal een zware opgave. Mantelzorgers lopen daarbij risico op over-belasting.

Dementie roept veel vragen op. Vragen over het ziektebeeld en de veranderingen in het gedrag. Maar ook vragen over de verzorging, omgang en mogelijkheden van ondersteuning en opvang.



Om deze reden organiseert de afdeling Noord-Limburg van Alzheimer Nederland in samenwerking met afd. Preventie en Dienstverlening, GGZ-Groep Noord- en Midden-Limburg een informatieavond over dementie.

De ontvangst is vanaf 19.00 uur. Het programma begint om 19.30 uur.

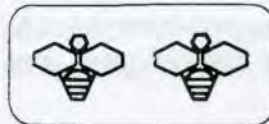
- Dhr. R. Smeets, sociaal geriater belicht het thema:  
'Wat is dementie en wat brengt het teweeg'.
- Mw. E. van Meijel geeft uitleg over de inhoud van de cursus:  
'Omgaan met dementie'.
- Een familielid vertelt over eigen ervaringen in het zorgdragen voor een dementerende.

Aanmelding is noodzakelijk in verband met het aantal beschikbare plaatsen. De sluitingsdatum van aanmelding is 24 september.

Voor informatie en/of aanmelding kunt u contact opnemen met:

**mevrouw P. Broekman, afd. Preventie en Dienstverlening, GGZ-Groep Noord- en Midden-Limburg:**

- **Telefoon: 0478-53 14 60**
- **E-mail: [prevetie@ggzgroepnmlimburg.nl](mailto:prevetie@ggzgroepnmlimburg.nl)**



## **SENIORSERVICE GILDE VENRAY**

- Na een zomerstop hervat Senior Service Venray al haar activiteiten in het Hobby en Creativiteitencentrum in de week van maandag 30 augustus 2004 (week 36).

Nieuwe aanmeldingen voor eventuele deelname bij verschillende hobby's en/of activiteiten zijn weer mogelijk, welke weer plaatsvinden op dezelfde dagdelen en volgens hetzelfde schema als voorheen.

- Een uitzondering wordt gemaakt met de activiteit: "**Omgaan met de computer**".

De elementaire beginselen van het omgaan met de computer worden tijdens deze bijeenkomsten bijgebracht. Eveneens wordt daarbij aandacht geschonken aan de onderdelen Internet en E-mail. Op *dinsdag 5 oktober 2004* starten deze bijeenkomsten.

Omdat hiervoor zeer veel belangstelling bestaat dient u zich "persoonlijk" vooraf voor deze activiteit te melden. Er is maar plaats voor 4 groepen van elk 10 personen. De bijdrage aan deze cursus is € 12,- per maand.

Voor diegenen die belangstelling hebben hieraan deel te nemen kunnen zich uitsluitend inschrijven in het gebouw van Senior Service op: *Dinsdag 14 september 2004 vanaf 09.30 uur tot 11.30 uur*. Prins Bernhardstraat 12A te Venray.

- Naast deze computeractiviteit Omgaan met de computer biedt Senior Service de mogelijkheid zich te bekwamen in **EXCEL**.

Dit is een geavanceerd rekenprogramma waarmee je snel complexe berekeningen kunt opzetten, doorrekenen en herberekenen wanneer gegevens gewijzigd zijn.

Bij voldoende belangstelling start Senior Service deze bijeenkomst op *vrijdag 1 oktober van 14.00 – 16.00 uur*.

De onkosten, evenals bij het onderdeel "Omgaan met de computer" zijn € 12,- per maand.



Voorwaarde voor deelname aan deze bijeenkomsten zijn enige kennis in het omgaan met de computer.

Een lesboek "basisboek Excel" is noodzakelijk voor deelname aan de cursus. Via Seniorservice wordt dit besteld. Het kost € 15,- en blijft daarna je eigendom. Voor deelname aan deze activiteit kunt u zich eveneens aanmelden op:  
*Dinsdag 14 september 2004 van 09.30 tot 11.30 uur.*

Helaas is een telefonische aanmelding voor beide computeractiviteiten niet mogelijk.

Wilt u meer weten aangaande andere activiteiten:

**Telefoon: (0478) – 51 21 39** of  
loop gerust eens binnen

**Prins Bernhardstraat 12A**

Wij zijn daar aanwezig van maandag (m.i.v. 30 augustus) tot vrijdag van 09.00 – 12.00 uur en van 13.00 – 16.00 uur.

J. Moors  
secretaris



## **ANBO – NIEUWS**

### *Fietstocht op dinsdag 21 september*

Traditiegetrouw openen we ons winterprogramma met een fietstocht.

Vanuit het Noord-Limburgse land gaan we naar het Brabantse land, waar we onder het genot van een kopje koffie gaan proeven van de door oma zelf gebakken appeltaart.

De route met verrassingen is 40 kilometer lang en de kosten bedragen € 5,- per persoon! Het vertrek is gepland om 12.30 uur vanaf De Kemphaan aan het Kennedyplein.

Aanmelden is noodzakelijk!

U kunt dit doen tot uiterlijk 16 september bij:

**Jo Mertens, Molenpad 13**  
**Telefoon: 58 34 53**

*Het is een gezamenlijke activiteit van de ouderenbonden.*



**POSTBUS 503**  
**5800 AM VENRAY**

### **Toegankelijkheid**

De hoofdingang van het gemeentehuis kan vanaf woensdag 4 augustus 2004 niet gebruikt worden. Hiervoor in de plaats is een tijdelijke ingang gemaakt, die gelegen is in de directe nabijheid van de hoofdingang. Via een duidelijke bewegwijzering is deze ingang gemakkelijk te vinden.

De balies die nu gesitueerd zijn in de centrale entreehal worden voor deze periode verplaatst naar de burgerzaal. Ook hier wordt zorggedragen voor een duidelijke bewegwijzering.

De adviezen van het GPV m.b.t. toegankelijkheid voor gehandicapten zijn grotendeels verwezenlijkt.

Voor deze mogelijke overlast tijdens de verbouwing vragen wij begrip van de bezoekers. Wij doen er alles aan om de overlast tot een minimum te beperken.

### **Extra service**

Als extra service kunt u via een bel buiten aan medewerkers van de gemeente vragen u te komen helpen om binnen te komen.

Indien de tijdelijke ingang problemen voor u oplevert, neem dan contact op met de afdeling Publieksdiensten,  
telefoonnummer: 0478 – 52 33 33

Het ziekenhuis VieCuri te Venray is voor gehandicapten een moeilijk toegankelijk gebouw. Het GVP heeft een aantal suggesties aangedragen om de toegang te verbeteren, maar dat heeft nog niet tot verbetering van de toegang voor gehandicapten geleid.

De directie heeft ons wel het volgende laten weten: Personen die zich bij ons melden en beschikken over een mindervalidenparkeerkaart van de gemeente zullen wij een geautoriseerde badge voor de kelder voor de duur van één jaar verstrekken.

Degenen die van de specialist een tijdelijke ontheffing krijgen vanwege een behandeling ontvangen een autorisatie van 4 maanden.



Omdat deze problematiek specifiek is voor de locatie Venray door het hoogteverschil van de omkeerplaats naar de hoofdingang, geldt deze wijziging alleen voor het ziekenhuis in Venray.

Wij zijn bereikbaar:

**Meldpunt: De Kemphaan AHD tel: 584444**  
**of Samen-Zorgwerk tel: 542120**  
**Secr.: Kruisstraat 1 5801 AL Venray.**  
**E-mail: b\_v\_berlo@hetnet.nl**

## **PAS-65 IN EEN NIEUW JASJE**

De Pas-65 krijgt een ander uiterlijk. Het voorname kenmerk van de nieuwe pas is het formaat. De nieuwe pas wordt beduidend kleiner dan de oude en krijgt de afmetingen van een bankpas.

Het ministerie van VWS, die de passen laat maken, komt hiermee tegemoet aan de wens van veel ouderen om een handzamer formaat van de Pas-65, zodat deze gemakkelijker in de portemonnee kan worden opgeborgen.

De nieuwe Pas-65 verschijnt rond oktober 2004. De oude pas blijft gewoon geldig. Mensen die al een Pas-65 hebben hoeven dus geen nieuwe te kopen.

Instellingen, bus, tram en metro geven korting aan mensen van 65 jaar of ouder.

Om voor deze kortingen in aanmerking te komen moet u kunnen aantonen dat u 65-plusser bent. Dit kan met een Pas-65, maar ook met een paspoort of rijbewijs.

Het hebben van een Pas-65 is dus vooral van belang voor iemand die niet over een van deze legitimatiebewijzen beschikt.

Voor iemand die binnenkort 65 jaar wordt en die gewoonlijk een paspoort, identiteitskaart of rijbewijs bij zich draagt is de aanschaf van een Pas-65 overbodig.

Het advies is de Pas-65 alleen te kopen indien u geen paspoort, rijbewijs of identiteitskaart heeft of deze liever niet altijd bij u draagt.

Een Pas-65 kan worden afgehaald bij het gemeentehuis waar u bent ingeschreven. De Pas-65 is gratis maar de gemeente vraagt wel legekosten en die kunnen verschillen per gemeente.

Voor vragen over Pas-65 kunt u terecht op telefoonnummer: **030-27 69 995** of per e-mail op [Pas-65@ouderenerorganisaties.nl](mailto:Pas-65@ouderenerorganisaties.nl).

Bron: KBO-Wegwijzer.

## **ABSURD.**

In veel gevallen als we het over absurd hebben heeft het te maken met geld, sport of geweld. Zullen we maar eerst naar het geld gaan?

In Amerika won een dolgelukkige schoonmaakster \$ 294 miljoen in de lotto .

Een bejaard echtpaar in Sittard won de jackpot van € 3.8 miljoen.

En ik krijg regelmatig ongevraagd het bericht: Gefeliciteerd meneer van Meijel!!! U heeft een prijs gewonnen van "tig" miljoen euro in de Lotto...voor U....



Het enige wat u moet doen, meneer van Meijel, is: Vóór een bepaalde tijd reageren en dat doe ik dan niet want ik gooi dat keurige bericht linia recta de prullenbak in. Da's dom, dat weet ik, maar ik ben nogal eigenwijs van huis uit!!

Moet dat nou? Die absurd hoge bedragen? En dan de sport (natuurlijk in combinatie met geld). Transferbedragen van 60 miljoen, week-salarissen van € 120.000.-- en een beveiligingsbudget van € 1.2 miljard voor de Olympische Spelen in Athene. Astronomische bedragen, zeker als je dat afzet tegen de extreme armoede in bijv. Darfur en de zwaar onderbetaalde (kinder)arbeid in de derde wereld..

Met geweld is het al niet anders. De ene aanslag volgt de andere op en is, zo mogelijk, nog bloediger en meedogenlozer dan de vorige. En vaak wordt deze opgeëist door de een of andere persoon of groepering. Ik zou zeggen dat is gemakkelijk zat. Je weet dan wie de dader(s) is (zijn), dus die zet je dan meteen achter slot en grendel, maar zo werkt het blijkbaar niet.



En dan nog de bloedige slachtpartijen in Afrika. Honderden onschuldige mensen in een vluchtingenkamp worden met kapmessen vermoord.

Tenslotte nog dit:

Soms komt een of andere idioot met iets nieuws op de proppen. Hij gaat naar het park om bij argeloze zonnebadende vrouwen aan de tenen te likken. Dat levert niet alleen een nieuw woord op maar ook nog eens een nieuw probleem. Wat is n.l het geval: Tenenlikken is geen strafbaar feit, dus de man mag niet worden opgesloten en kan niet worden vervolgd.. Genoeg voor nu.

Waren er vroeger ook feiten die onder "absurd" vielen? Jazeker! Wat denken jullie, waarde lezers, van elke twee weken gaan biechten? Dagelijks naar de kerk en 's zondags drie keer? En de katechismus van buiten knallen? En wie heeft er in zijn prille jeugd niet gewerkt voor letterlijk een appel en een ei?

Toch ook absurd, niet? De goeie ouwe tijd!!

Sraar van Meijel,



UNIE KBO

**K.B.O. NIEUWS**

### **Koersbaltoernooi K.B.O. Venray en kerkdorpen.**

Op dinsdag 2 september wordt er een koersbaltoernooi gehouden waaraan de koersbalgroepen van Venray en kerkdorpen deelnemen.

Het toernooi wordt gehouden in tennishal "De Schaapskooi" aan de Kempweg te Venray.

Aanvang half twee.

Bent U geïnteresseerd in koersballen, of wilt U eens nader met het koersballen kennis maken dan bent U van harte welkom.

Het belooft een leuke sportieve middag te worden, waarbij gezelligheid de boventoon zal voeren.

Bent U na het bezoek gegrepen door het spel dan kunt U zich opgeven bij de spelleiding aldaar.

Wij willen U op deze middag graag begroeten.

### **Computercursussen voor Ouderen (Beginnerscursus)**

In de maanden september-oktober organiseert de K.B.O. weer de computercursus "Ouderen achter de PC."

De elementaire beginselen van het omgaan met de computer komen in deze cursus aan de orde

De cursus bestaat uit 8 delen.

Leden van de ouderenbonden krijgen korting.

U kunt zich schriftelijk aanmelden bij de contactpersoon:

Mevr. J. Peters Hoeweweg 7 5802AL Venray.

Ook kunt U een briefje deponeren in de K.B.O. doos in "De Kemphaan"

### **Computercursussen voor gevorderden**

Na een periode van volstrekte rust willen we weer aan de slag met het organiseren van diverse computercursussen. We hebben het da... over de vervolgcursussen:

\* **Word 2000.** 7 lessen

\* **Excel.** 6 lessen

\* **Internet/email.** 4 lessen

\* **Digitale fotobewerking 8 lessen.**

Voor alle cursussen geldt als voorwaarde dat de cursist beschikt over een gedegen voorkennis, minimaal gelijk aan onze beginnerscursus.

Bij voldoende deelname zijn wij voornemens om te starten in de 2<sup>de</sup> helft van september.

Informatie en aanmelding: G.van Meijel. Tel. 586.389.

### **Maandelijks wandeling.**

Na een korte zomerstop willen we weer graag elke derde woensdag van de maand een wandeling organiseren in de omgeving van Venray.

De eerstvolgende wandeling is op woensdag 15 september. Bijeenkomst om 13.15 uur bij De Kemphaan. Vertrek om ca 13.30 uur.

Duur van de wandeling ca 2 uur met een kop koffie na.

Deelname staat open voor alle ouderen in de gemeente Venray.

### **Kienen**

Woensdag 1 September is de eerste kienmiddag van het nieuwe seizoen.

Aanvang 14.00 uur

Lokatie "De Kemphaan"



## Bezoek aan Vincent van Goch museum

Op donderdag 16 September start de K.B.O. jaar programma 2004-2005 met een bezoek aan het Vincent van Goch-museum aan de Stationsweg 46 te Venray.

Deskundigen geven toelichting op het verleden, het heden en de toekomst van het instituut, waarna de expositie wordt bezocht

Na een korte wandeling over het Vincent van Goch terrein wordt U een gratis kop koffie aangeboden.

Wel vragen wij U een kleine bijdrage te doen in de bus voor het in stand houden van het museum .

Degenen die belangstelling hebben voor deze excursie kunnen zich telefonisch opgeven vóór 7 September bij

**Mevr. B.v.d. Voort tel: 588691 of**

**Mr H. de Klerk tel: 585132.**

*Bijeenkomst bij de ingang van het Vincent van Goch instituut aan de Stationsweg om 13.45 uur.*

J.Fiers, secretaris

**SCHA-**



**KELTJES**

Enkele onderzoeksgegevens:

- 68% van de 65 plussers sporten nooit.
- 50 plussers brengen gemiddeld per dag zes uur zittend door.
- 48% van de mensen zegt geen enkel schaamtegevoel te hebben. Ze schamen zich nergens voor.



## OPLOSSING PUZZEL

PEN	V	R	I	E	N	D	SCHAP
BOVEN	A	R	M				BAND
GELAG	K	A	M	E	R		AAD
HAVER	M	O	U	T			WIJN
NORM	A	A	L				BES
ARE	N	A					SMAAK
GROND	S	T	O	F			DOEK
BAR	C	O	D	E			NAAM
GLAS	H	E	L	D	E	R	ZIEN- DE
KOREN	A	K	K	E	R		BOUW
HAP- JES	P	A	N				FLUIT

Uit een respectabel aantal inzenders heeft de redactie weer moeten loten om de winnaar bekend te maken. Ook deze keer is het een winnares. Het is mevrouw B. Stevens, Kempweg 137, 5801 VR Venray.

Zij kan de prijs van € 10,-- tegemoet binnenkort tegemoet zien.

Van harte gefeliciteerd!



## AGENDA

**Iedere zondag** van 10.00 – 12.30 uur koffie-drinken in De Kemphaan.

Onder het genot van een kopje koffie kunt u niet alleen een praatje maken maar ook eens de leesmap "Seniorenraad" doorlezen. Wellicht de moeite waard.

**Woensdag 1 september:** Eerste kienmiddag van het seizoen. Aanvang 14.30 uur in "De Kemphaan"

**Dinsdag 2 september:** Koersbaltoernooi in tennishal De Schaapskooi. Aanvang 14.30 uur

**Dinsdag 14 september:** Inschrijving computer-cursussen Seniorservice tussen 09.30 – 11.30 uur. Prins Bernhardstraat 12A.

**Woensdag 15 september:** Maandelijkse wandeltocht van ca twee uur. Vertrek ± 13.30 uur vanaf "De Kemphaan"



**Donderdag 16 september:** Bezoek Vincent van Goch-museum met deskundige rondleiding. Bijeenkomst 13.45 uur bij de ingang van het instituut.

**Dinsdag 21 september:** Fietstocht voor alle ouderen. Afstand 40 km. Vertrek 12.30 uur vanaf "De Kempmaan"

**Vrijdag 1 oktober:** Dag van de ouderen. Aanvang 13.30 uur in de Paterskerk. Na afloop is er koffie met vlaai in de Schouwburg. Om 15.15 uur optreden van "De Smaele Brothers" uit Ysselsteyn. Om 15.50 uur optreden van "De Belege Tieners" uit Melderslo. Om 16.30 uur gezellig samenzijn in de foyer.  
Einde 17.30 uur.

**Maandag 4 oktober:** Informatieavond over dementie. Aanvang: 19.30 uur in "De Witte Hoeve" Gratis toegang.

*Meer informatie over deze evenementen vindt u elders in dit blad!*



## LEVEN

Ieder leven hier op aarde  
Alles heeft zijn waarde  
Ook al heb je geen geluk  
Denk dan niet het heeft geen nut  
Maak het leven geen verwijt  
Als je 't weer eens niet begrijpt  
Want door pijnen en verdriet  
Zie je vaak het goede niet.  
Pas als je leert begrijpen  
Gaat het leven zich verrijken  
Alle leven moet eerst groeien  
Voordat het opeen gaat bloeien.  
Maar dan wordt iets moois geboren  
En zoiets gaat niet verloren  
Voel de liefde van je hart  
Die is sterker nog dan smart  
Leer het leven toch te leven  
Leer je hart om te vergeven  
Laat je hart je weer verwarmen

En het leven weer omarmen  
Geef weer liefde aan je leven  
Durf jezelf weer eens te wezen  
Gun jezelf een nieuwe start  
Druk het leven aan je hart  
Als je dit jezelf kunt geven  
Geniet je ook weer van het leven.



## 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 2500 ex.

### Redactieleden:

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

### Grafische vormgeving:

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

### Drukwerk:

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***





**V**ERENIGING **V**OOR **O**UDEREN  
**“NOORD-WEST”**

p/a secretariaat, Dhr. H. Willems, Bergweg 7, 5801 EG Venray  
Tel. 0478 - 583 597, Rabobank nr. 15.39.25.078

**Datum** 27/08/04

**Aan** mevr. G.A. Ingenpas-Kunzler  
De Alden Weg 26  
5801 HG Venray

**Betreft** contributie

Geachte mevrouw,

Wij doen aan u het vriendelijk verzoek: om in de maand september 2004 de contributie, over het 2<sup>de</sup> halfjaar 2004, te betalen.

U kunt het bedrag van € 4,50 overmaken op ons rekeningnummer: 15 39 25 078 Rabobank.

**HET BESTUUR**

**Rekeningnummer ouderenvereniging Noord-West: Rabobank 15.39.25.078**