

DE SCHAKEL

INFORMATIEBLAD VOOR OUDEREN IN DE GEMEENTE VENRAY
jaargang 21 nummer 5 mei 2006

De volgende uitgave verschijnt op 2 juni

Kopij inzenden vóór 23 mei 2006

IN DIT NUMMER:

- Dromen, Durven, Doen
- Waarover spraken zij?
- Foutje, bedankt!
- Van de redactie
- Toetsing coalitieakkoord
- Website Centrale van Ouderenverenigingen
- Jeu de boules toernooi 55+
- Verkeersveiligheid en ouderen
- 5-daagse KBO-reis Blankenberge
- Commissie ouderhuisvesting
- Langer thuis in eigen huis
- Schakeltjes
- Algemene Hulpdienst Venray
- KBO Castenray
- Meipuzzel
- Punt en el.
- ANBO info
- KBO nieuws
- SeniorService
- GPV nieuws
- Oplossing Aprilpuzzel
- Oproep
- Leesmap

Schakel is ook te lezen op: www.seniorenraad.info

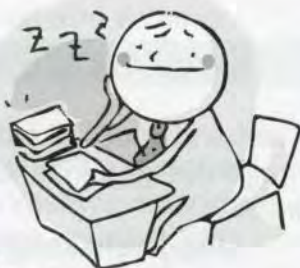
OUDERENADVISINGERIE SYNTHESE

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

COLUMN

DROMEN, DURVEN, DOEN.

Enige tijd geleden gaf Ben Tichelaar op uitnodiging van de Rabobank een presentatie van zijn boek "Dromen, durven, doen." Hij wil met dit boek mensen op weg helpen en ze laten inzien wat te doen bij een persoonlijke gedragsverandering en ze handreikingen geven om daadwerkelijk tot resultaten te komen. Met alleen goede voornemens kom je er niet. Je zult daadwerkelijk een strategie moeten bepalen wat en hoe je moet handelen om succes te hebben.

De meeste mensen hebben goede voornemens. B.v. ze willen gezonder leven en meer bewegen, ze willen meer zelfvertrouwen krijgen, ze willen beter naar anderen leren luisteren, ze willen weer gaan studeren, ze willen een eigen bedrijf beginnen, ze willen stoppen met roken en zo kun je nog veel voorbeelden bedenken.

Volgens de heer Tichelaar blijven de meeste mensen dromen totdat het te laat is.

Want om werkelijk tot resultaten te komen zul je je gedrag moeten aanpassen en dat lukt niet altijd, tenminste niet blijvend, want gewoontes zijn hardnekkig. Slechts een op de vijf mensen houdt een goed voor-nemen langer dan twee jaar vol.

Veranderen moet je zelf doen. Je kunt natuurlijk de hulp van anderen inroepen om je te helpen. Samen aan iets werken is altijd gemakkelijker vol te houden. Samen afspraken maken en je er natuurlijk aan houden, ook als het moeilijk is.

Natuurlijk is het ook belangrijk om veranderingen na te streven die ook werkelijk haalbaar zijn. Anders zijn ze al bij voorbaat mislukt.

Een geslaagde verandering geeft zelfvertrouwen en zet misschien aan tot nieuwe voornemens. Als je echt iets bij je zelf wilt veranderen moet je volgens de heer Tichelaar niet blijven dromen maar gewoon doen. Zo simpel is dat!!!

Maria Lenkens-Ermens

WAAROVER SPRAKEN ZIJ?



Op 6 april was er weer een vergadering van de Seniorenraad.

(De agenda is tegenwoordig ook te vinden op onze website www.seniorenraad.info)

Wij hebben kennism gemaakt met een potentiële kandidaat voor het voorzitterschap van de Commissie P&R. Wederzijds oriënterend, maar je hoopt toch dat het wat wordt, want het is zeer belangrijk dat de functie wordt ingevuld.

Bespreking van de ingekomen stukken en mededelingen geeft altijd de gelegenheid om te komen tot uitwisseling van onderlinge informatie.

Dat gebeurt ook bij de bespreking van de verslagen van de commissievergaderingen.

We zijn dan toe aan bespreking van Gebiedsgericht werken. Natuurlijk realiseren wij ons dat wij de "pilots" niet voor de voeten willen lopen.

Anderzijds moeten wij er natuurlijk wel voor zorgen dat de stem van de senioren ook gehoord wordt op die terreinen waar de Gemeente advies vraagt. Daarbij moeten wij ons ook realiseren dat onze inzetmogelijkheden eindig zijn.

In het Bestuurlijk Overleg van oktober 2005 hebben wij aan onze wethouder een notitie voorgesteld met de vraag hoe, wanneer wij onze werkwijze op de in de notitie beschreven wijze zouden aanpassen, de Gemeente er dan tegenover zou staan.

Ofschoon wij de reactie van de Gemeente tot nog toe niet mochten ontvangen, is het wel zaak dat wij nagaan hoe de Seniorenraadsleden tegenover de voorstellen staan. Afgesproken is dat wij de leden individueel daarop zullen bevragen. Daarop komen wij dus terug.

Daarna hebben wij besproken hoe wij de vergaderingen van de Centrale kunnen "opleuken" (Zo zeggen ze dat kennelijk tegenwoordig).

Hoog scoort om de politieke partijen in de gelegenheid te stellen om het beleid dat zij voorstaan voor de ouderen te laten toelichten. Als dat ook de leden van de Centrale aanspreekt kunnen wij daarmee wel een tijdje vooruit.

Maar voordat wij dat traject ingaan, zullen wij eerst de leden raadplegen of zij dit ook kunnen ondersteunen. Daarbij kunnen zij ook voorkeursuitspreken voor andere interessante onderwerpen.

Er is een kink in de kabel gekomen bij de organisatie van de dag voor de ouderen. Tot ons ongenoegen is door de Schouwburchdirectie medegedeeld dat de schouwburch niet beschikbaar is op 1 oktober. De werkgroep zal op korte termijn bijeenkomen om dit op te vangen.

Joep Brueren, voorzitter van "De Kempphaan", kon melden dat de aanleg van de "eigen parkeerplaatsen" definitief doorgaat, t.w. vier invalidenparkeerplaatsen aan de Arkstraat en nog tien op eigen terrein.

Enkele leden hebben nagepraat om het mogelijk te maken de tentoonstelling "Het zesde zintuig" over valpreventie ter gelegenheid van de themamiddag van de Commissie Ouderenhuisvesting op 8 mei in De Kempphaan onder te brengen. En toen was het weer tijd.

Charles de Vilder / voorzitter van de Centrale van Ouderenverenigingen Venray en de Seniorenraad.

FOUTJE, BEDANKT!

In het jaarverslag 2005 van de Centrale staat vermeld dat de Centrale uit 13 lokale ouderenverenigingen plus SeniorService Venray bestaat. De attente lezer van dat verslag zal het opgevallen zijn dat dit niet overeenkomt met de overige informatie die in dat verslag is opgenomen.

Daaruit blijkt namelijk dat er in Venray niet 14 maar 13 ouderenverenigingen bestaan en dat bovendien ook het ouderencentrum "De Kempphaan" deel uitmaakt van de Centrale.

Gelukkig is niemand over deze fout van de secretaris gevallen en is hijzelf tot de ontdekking gekomen dat er iets niet klopte.

Waarvan akte.

VAN DE REDACTIE

In verband met vakantiewaarneming is het belangrijk dat alle inzenders van kopij het emailadres

copij.schakel@seniorenraad.info

gebruiken en niet mijn eigen emailadres.

Maurits Kuit / Grafische vormgeving "De Schakel".

TOETSING COALITIEAKKOORD

COALITIEAKKOORD 2006 - 2010.

Zoals toegezegd in de Schakel van maart, heeft de Seniorenraad ook het coalitieakkoord getoetst aan de hand van de aandachtspunten zoals die door de Seniorenraad in het kader van de gemeenteraadsverkiezingen 2006 waren opgesteld en bekend gemaakt.

Deze toetsing heeft onderstaand resultaat opgeleverd.

Score uitgangspunten Seniorenraad.

Gemeentelijke Organisatie.

- + 1. Goede voorlichting.
- 0 2. Klantgerichte en klantvriendelijke behandeling.
- 0 3. Vereenvoudiging van aanvraagformulieren.
- 0 4. Snelle afhandeling van correspondentie, klachten en aanvragen.
- 0 5. Verbetering toegankelijkheid openbare gebouwen.
- + 6. Tijdige voorbereiding op uitvoering Wet Maatschappelijke Ondersteuning.

Inkomenspositie ouderen.

- 0 7. Invoering gedifferentieerd tarief afvalstoffenheffing.
- 0 8. Verlaging van de eigen bijdrage Deeltaxi voor ouderen met een smalle beurs.
- + 9. Handhaving van bestaande maatregelen voor vrijstelling van gemeentelijke belastingen en heffingen.
- 0 10. Ruimhartige opstelling ten aanzien van het invoeren van andere (nieuwe) inkomensondersteunende maatregelen.

Ouderenhuisvesting.

- + 11. Voldoende en betaalbare (huur-)woningen voor ouderen.
- + 12. Bevorderen dat ouderen zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen.

Veiligheid.

- + 13. Opheffen van knelpunten openbare verlichting, treffen van verkeersvoorzieningen voor fietsers en voetgangers en bestrijding van overlast.
- 0 14. Handhaving van gebods- en verbodsbepalingen.

- + 15. Zorg voor begaanbaarheid van wegen en trottoirs.

0 16. Zorg voor gratis parkeervoorzieningen voor ouderen en gehandicapten bij "De Kemp-haan".

Welzijn en Zorg.

- 0 17. Bestrijding van de eenzaamheidsproblematiek onder ouderen en het ondersteunen (ook financieel) van activiteiten op dit terrein.
- 0 18. Zorg voor voorzieningen als dagopvang en dagbehandeling.
- + 19. Ondersteuning (ook financieel) van het vrijwilligerswerk onder ouderen.
- + 20. Bevordering van integratie allochtone ouderen.
- 0 21. Continuering van de "ouderenadviesring".
- 0 22. Handhaving van basisvoorzieningen in het Venrayse ziekenhuis.
- 0 23. Ondersteuning van het project "Preventieve Controle voor Ouderen".
- 0 24. Handhaving van de financiële bijdrage t.b.v. MBvO-activiteiten (Seniorenport).

Participatie.

- 0 25. Periodiek overleg tussen College en Seniorenraad.
- 0 26. Periodiek overleg tussen politieke partijen en Seniorenraad.
- 0 27. Ouderenbeleid als speerpunt (ook vanwege de toenemende vergrijzing).
- 0 28. Erkenning van de Seniorenraad als aanspreekpunt voor alle ouderen in Venray.
- 0 29. Tijdige inschakeling van Seniorenraad bij de voorbereiding van maatregelen die (ook) voor ouderen van belang kunnen zijn.

Financiën.

- 0 30. Invoering van het "budgetsysteem" voor de Centrale/Seniorenraad.

Verklaring van de tekens:

- o geen herkenning aangetroffen;
- + enige herkenning aangetroffen;
- + wel herkenning aangetroffen.

Beoordeling.

Zoals we de vorige keer al hebben aangegeven, heeft de objectiviteit van de beoordeling enigszins geleden onder het gemis van de Commissie Politiek en Ouderen.

Niettemin is de uitkomst van deze toetsing duidelijk. Op een aantal essentiële punten is niet gescoord. En dat is natuurlijk erg jammer. Nu maar hopen dat het collegeprogramma meer aanknopingspunten zal bieden.

De Seniorenraad blijft overigens gewoon doorgaan met het behartigen van de belangen van alle Senioren in heel Venray en zal daarbij gebruik maken van de middelen en de wegen die daarvoor beschikbaar zijn. Dat zijn wij aan onze Senioren verplicht.

namens de Seniorenraad Venray,
Gerard Remmers, secretaris.

WEBSITE CENTRALE VAN OUDERENVERENIGINGEN



Ook de Seniorenraad gaat met zijn tijd mee. Alweer twee jaar hebben we een eigen website. Maar wat heeft u er aan? *De website houdt u op de hoogte van alles wat voor ouderen in Venray van belang is.* Een paar voorbeelden:

Direct na de vergaderingen van de Seniorenraad en van de Centrale vindt u er het verslag van die vergadering en leest u waar het over ging. Ook De Schakel kunt u er nog eens nalezen; niet alleen de actuele uitgave, maar ook de twee voorgaande nummers. Je hoort wel eens zeggen: "dat stond toch in De Schakel?" Meestal ligt die dan al bij het oud papier! Zo niet op onze website, dáár kunt u hem nog even inzien, tot twee maanden terug.

Een aantal interessante websites hebben we voor u bij elkaar gezet en met twee "muisklikken" vindt u dat éne telefoonnummer of email-adres dat u zocht. Of misschien wilt u weten wat nu eigenlijk de doelstellingen zijn van de Centrale; met één muisklik bent u al in het beleidsplan.

U kunt zich afvragen waar de verschillende commissies zich het afgelopen jaar mee bezig hielden; het antwoord vindt u, wéér met één muisklik, onder de knop 'Jaarverslagen'.

Enfin, u moet zelf maar eens gaan "surfen", zoals dat heet, op **www.seniorenraad.info**

Maurits Kuit / Webmaster

De KBO gaat een Jeu de Boules toernooi organiseren. We willen dit houden op de banen van Jeu de Boules club Venray.

De banen liggen achter de Perdstal, het repetitielokaal van harmonie Euterpe aan de Kempweg.

Het is een 55+ toernooi en iedereen vanaf 55 jaar is welkom, ook leden van de andere ouderverenigingen en de leden van de ANBO. 55-plussers die géén lid zijn van een ouderenbond of -vereniging zijn óók welkom!

Het toernooi zal worden gehouden op donderdag 29 juni.

We beginnen om 10.30 uur en iedereen dient om 10.00 uur aanwezig te zijn.

Er zal doublette gespeeld worden, twee tegen twee en 4 of 5 wedstrijden.

Er zal in 2 poules gespeeld worden.

De eersten van elke poule spelen de finale tegen elkaar om de wisselbeker.

Verder zijn er nog diverse prijzen te winnen.

De inschrijving is € 2,50 per deelnemer en dient bij de opgave te worden voldaan.

Bij de opgave kunt u ook meteen aangeven met wie u speelt en samen een team vormt.

U kunt zich opgeven tot 12 juni.

Brood en koffie kunt u zelf meebrengen, evenals tuinstoelen.

In de Perdstal kan men ook koffie, frisdrank en bier krijgen.

Onderstaande leden hebben zich beschikbaar gesteld om het Jeu de Boules toernooi te organiseren:

Dhr. P. Clijsters, Goudsmidstraat 12, Venray, tel. 580516, KBO Venray.

Mevr. T. Voermans v. Ool, Castenrayseweg 20, Oirlo, tel. 571285, KBO Oirlo.

Dhr. J. Wilms, Boterbloem 64, Venray, tel. 583043, KBO Oostrum.

Dhr. G. v. Hoof, Haag 16, Merselo, tel. 546435, KBO Merselo.

Dhr. A. Tielen, Peter Janssenweg 40, Ysselsteyn, tel. 541354, KBO Ysselsteyn.

Dhr. H. Janssen, Groeneweg 26, Heide, tel. 582498, KBO Heide.



- De leden van KBO Venray, KBO Smakt, ANBO Venray en Ouderenverenigingen Landweert, Smakterheide en Noordwest kunnen zich opgeven bij dhr. P. Clijsters;
- de leden van KBO Oirlo en KBO Castenray bij mevr. T. Voermans v. Ool;
- de leden van KBO Oostrum bij dhr. Th. Linskens, v. Broekhuizenstraat 47, tel. 583384;
- de leden van KBO Merselo bij dhr. G. v. Hoof;
- de leden van KBO Ysselsteyn bij dhr. A. Tielen;
- de leden van KBO Leunen, Veulen en Heide bij dhr. H. Janssen.

Niet-leden kunnen zich opgeven bij één van de eerder genoemde adressen.

Samens de organisatiecommissie,
H. Janssen.

VERKEERSVEILIGHEID EN OUDEREN

Op 21 maart jl. verzorgde Martin Wijnhoven van 3VO in de vergadering van de Centrale een interessante diapresentatie met toelichting over bovenvermeld onderwerp.

Dit nu krijgt een vervolg. Martin heeft namelijk tijdelijk een digitale camera (van 3VO) beschikbaar gesteld en heeft gevraagd daarmee foto's te maken van verkeerssituaties die de ouderen zelf onder de aandacht willen brengen.

Het gaat daarbij om verkeerssituaties waarmee de ouderen in de praktijk te maken hebben en waarvan zij vinden dat die onduidelijk, of onoverzichtelijk of misschien zelfs gevaarlijk zijn. Kortom verkeerssituaties waarvan zij vinden dat die best eens aan de orde gesteld mogen worden. En dat uiteraard met de bedoeling dat de verkeersveiligheid wordt verhoogd door een goede informatie of door een aanpassing van die verkeerssituatie.

De bedoeling is dat de ouderen nu zelf in actie komen.

Kent u een verkeerssituatie als hiervoor bedoeld, neem dan even contact op met ondergetekende.

Maak met hem een afspraak om samen met u naar de verkeerssituatie te gaan kijken die u op

het oog heeft, om daarvan vervolgens een foto te (laten) maken.

Van belang is op te merken dat het hier gaat om verkeerssituaties in heel Venray, dus ook om die in de kerkdorpen.

Van verkeerssituaties die met de camera zijn vastgelegd zal vervolgens een diapresentatie en een fotoboek worden samengesteld. De bedoeling is die diapresentatie ook te laten zien aan hen die een bepaalde verkeerssituatie onder de aandacht hebben gebracht.

Hoe een en ander definitief zal uitpakken is natuurlijk afhankelijk van het aantal reacties dat de oproep in dit artikel zal opleveren.

Het fotoboek, dat hiervoor genoemd werd, zal door 3VO gepresenteerd worden aan de gemeente met de bedoeling dat, waar nodig en mogelijk, verbeteringen van die verkeerssituaties worden doorgevoerd.

Gehoopt wordt dat op deze uitnodiging aan de ouderen veel gevolg gegeven zal worden.

Volledigheidshalve nog dit: een brief over dit onderwerp is inmiddels ook verstuurd naar de secretarissen van de bij de Centrale aangesloten ouderenverenigingen en naar SeniorService.

Gerard Remmers

Secretaris Seniorenraad/Centrale
Feldberglaan 12, 5801 KV Venray
Tel.581690

E-mailadres: ghremmers@home.nl

5-DAAGSE KBO-REIS BLANKENBERGE

De vijfdaagse reis naar West-België start op 15 mei aanstaande met negenenveertig deelnemers. Al spoedig na de publicaties in de Schakel meldden zich meer dan vijftig deelnemers. Zij ontvingen via de KBO-werkgroep meerdaagse reizen de inschrijfformulieren van Touringcarb-drijf Ghielen.

Helaas moesten enkele personen teleurgesteld worden omdat de reis was volgeboekt. Zij krijgen in het najaar een nieuwe kans om mee te gaan met de najaarsreis naar de Eifel-Moezel. De werkgroep bereidt deze reis momenteel voor. In een van de volgende Schakels leest u daar meer over.

Secretaris van de werkgroep (tevens info-adres) is de heer Hay Achten, Oirlo (tel. 571726).

COMMISSIE OUDERENHUISVESTING

Tentoonstelling "Het Zesde Zintuig"

De commissie ouderenhuisvesting in Venray organiseert op 8 mei a.s. een informatiemiddag over opplussen van woningen met als onderwerp: "langer thuis in eigen huis". **Een belangrijk onderdeel daarbij is het voorkomen van ongelukken in en om huis.** Ook in de media, op de radio en t.v. wordt hieraan aandacht gegeven.

De commissie ouderenhuisvesting heeft in het kader van de landelijke campagne m.b.t. valpreventie, de beschikking gekregen over een speciale tentoonstelling van de ANBO. Van 8 mei t/m 19 mei staat deze nieuwe, speciaal voor 50-plussers bedoelde tentoonstelling "Het zesde zintuig" opgesteld in het centrum voor ouderen "De Kempphaan". Deze expositie heeft als doel de bezoekers te confronteren met hun eigen zintuiglijke tekortkomingen onder het motto: "Een gewaarschuwd mens.....". De tentoonstelling onder de naam "het zesde zintuig" heeft als thema valpreventie. Naarmate we ouder worden neemt de kwaliteit van onze zintuigen af, maar gelukkig beschikken we nog over een extra vermogen: ons verstand. De tentoonstelling presenteert het verstand dan ook als een aanvullend - zesde - zintuig en laat de bezoeker zelf tot de conclusie komen dat dit nog veel te weinig wordt benut.

U kunt als bezoeker van deze expositie uw zintuigen op een ludieke manier testen. De testen van ogen, oren, reukvermogen en evenwicht zijn aangevuld met testjes op het gebied van reflexen en vindingrijkheid. De tentoonstelling geeft niet alleen het probleem van de verminderde werking van een of meerdere zintuigen aan, maar komt bovendien met oplossingen. Ook zijn er veel brochures om mee te nemen en thuis in alle rust nog eens te bestuderen. De

expositie is zeer zeker de moeite waard om te bezoeken en de commissie ouderenhuisvesting nodigt u dan ook van harte daartoe uit.

De tentoonstelling staat gedurende twee weken opgesteld in "De Kempphaan" aan het Kennedyplein te Venray.

De openingstijden zijn dageijks van 09.00 uur tot 12.00 uur en van 13.00 uur tot 17.00 uur.

De toegang is gratis.

Er zijn tijdens de gehele periode van 8 t/m 19 mei vrijwilligers van **de commissie ouderenhuisvesting, de ANBO en de KBO** in de Kempphaan aanwezig om de bezoekers desgewenst te begeleiden en te informeren. Voor nadere informatie kunt u contact opnemen met het secretariaat van de commissie ouderenhuisvesting dhr. J. van Roy, telefoon 583240 of e-mail: wmutsaers@wanadoo.nl



Gebruik uw verstand!

"LANGER THUIS IN EIGEN HUIS"

Graag vragen wij (opnieuw) uw aandacht voor onze themamiddag:

"Langer thuis in eigen huis" op **Woensdag 8 mei in De Kempphaan, Kennedyplein**
Aanvang: 14.00 uur.

U bent van harte welkom!!

De commissie ouderenhuisvesting is van mening dat het programma van deze themamiddag zodanig is, dat het een nuttige en voor u allen zeer leerzame middag zal kunnen worden. Aan het bijwonen van deze informatiemiddag zijn voor u geen kosten verbonden.

SCHAKELTJES

- "Ik drink alleen whisky op heel bijzondere momenten." "En wat noem jij heel bijzondere momenten?" "De momenten dat ik whisky drink."
- "Weet je wat mannen niet kunnen en vrouwen wel?" zei een moeder tegen haar vijfjarige dochter. Die dacht even na en zei toen: "Schoonmaken."
- Beperk uw investeringen niet tot de financiële wereld. Investeer iets van uzelf, dat levert pas een hoog rendement op.

ALGEMENE HULPDIENST VENRAY

Wat doet de Stichting Algemene Hulpdienst Venray?

Soms zijn er zaken, instellingen, clubs of mensen in je naaste omgeving, vlak bij huis, waar je nooit bij stilstaat en waarvan je soms niet eens weet, dat ze er zijn. Je loopt ze bijna dagelijks achteloos voorbij, terwijl ze enorm belangrijk zijn voor de gemeenschap.

Zo een instelling is de Algemene Hulpdienst. Dat was een reden van de redactie om eens een afspraak te maken met een afvaardiging van het bestuur.

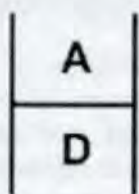
Als je De Kemphaan binnen loopt, zie je rechts in een kamer waar de Algemene Hulpdienst kantoor houdt. Dat is het Meldpunt. Daar komt alles binnen.

Het eerste wat je je natuurlijk afvraagt is, wat doet die hulpdienst. Eigenlijk heel simpel: waar je vroeger de burens had, die je even bij een klusje hielpen, springen zij nu in wanneer deze burenhulp niet mogelijk is. En dan denken we niet alleen aan ouderen, maar ook aan anderen die zich moeilijk alleen kunnen redden.

Een veertig-tal(!) vrijwilligers en twee beroepskrachten, mannen en vrouwen, verenigd in de Stichting Algemene Hulpdienst Venray, hebben de taak op zich genomen hulp te bieden in gevallen en omstandigheden, waar hulp het karakter heeft van "even helpen" of "even bijspijzen".

Waar moet je dan aan denken? Je kunt dan denken aan:

- Medicijnen halen.
- Begeleiding bij bezoek aan arts en/of ziekenhuis.
- Gezelschap houden en eventueel wandelen met mensen die daaraan behoefte hebben.
- Klusjes en kleine reparaties in en om het huis.
- Licht administratief werk, b.v. invullen van belastingaangifte, bezwaarschriften en/of andere formulieren.
- Oppas bij zieken -niet langdurig- ter ontlasting van huisgenoten.
- Klein tuinonderhoud en snoeiwerk (max. 2x per jaar).
- Hulp bij verhuizen (alleen in en uitpakken).
- Afvoer naar het milieustation.



VENRAY

- Boodschappendienst i.s.m. de Plus Markt op dinsdagmiddag.
- Schoonmaken van het (niet al te groot) terras m.b.v. een hogedrukspuit en terrasreiniger.

U ziet het, het is een hele lijst. En hebt u een klusje dat niet in de lijst staat, dan wil men daar graag naar kijken.

De Algemene Hulpdienst kan niet helpen waar de hulp een speciale deskundigheid vereist, bijvoorbeeld de verzorging van ernstig zieken.

De Algemene Hulpdienst is er voor alle mensen uit Venray en uit de Kerkdorpen. Zij kunnen allen een beroep op de Algemene Hulpdienst Venray doen, ongeacht het lidmaatschap van een ouderenvereniging.

De Algemene Hulpdienst helpt in principe gratis, al is een bijdrage altijd welkom.

Wat moet u doen als u van deze dienst gebruik wil maken?

- De telefoon nemen en nummer **584444** bellen
- U loopt gewoon eens binnen bij het Meldpunt in De Kemphaan.
(09.00-12.00 en 13.30-16.30)
- Bent u een beetje bedreven met internet kijk op: <http://members.home.nl/ahd-venray>

Het is prettig te ervaren dat er in deze zakelijke tijd instanties en vrijwilligers zijn die de medemens willen helpen en hun problemen serieus nemen.

Daarom: maak er zo nodig gebruik van, **ze zijn er ook voor u !!!**

Maria Lenkens/Sjef Martens

KBO CASTENRAY



Op 22 Maart j.l. nam de K.B.O. Castenray afscheid van twee bestuursleden, Mevr. Nel Cox-Spreuwenberg en Mevr. Mie Thielen-Tacken. Voor hun inzet werd hun als dank en waardering de Zilveren Speld van de K.B.O. uitgereikt en opgespeld door de Regio voorzitter, de Heer Harry Beerkens. Mevr. Cox was ruim negen jaar actief als secretaresse en Mevr. Mie Thielen als Bestuurslid. Ook werd deze onderscheiding opgefleurd met een bloemetje. Als nieuwe bestuursleden werden Mevr. Mia Tersteegen-Naus en de Heer Harry Willemsen gekozen.

MEIPUZZEL

Ook deze keer hebben we een woordzoeker voor u. Zoek de 20 landen-namen. De woorden kunnen horizontaal, vertikaal of diagonaal staan. Sommige staan óók "achterstevoren".

Véél plezier!

m	a	r	o	e	m	e	n	i	e	k	u	j
a	o	s	p	a	n	j	e	g	j	n	n	a
r	b	e	n	n	e	o	k	i	a	k	e	p
o	u	u	a	e	k	r	r	n	k	e	g	a
k	f	s	c	d	n	k	a	e	i	c	e	n
k	i	i	l	n	n	g	m	p	r	h	w	e
o	e	d	n	a	l	n	e	k	e	i	r	g
w	d	e	r	l	n	p	n	l	m	n	o	y
h	o	f	d	s	a	d	e	s	a	a	o	p
a	e	g	t	t	a	n	d	a	e	n	n	t
a	i	d	n	i	n	e	d	e	w	z	d	e
p	o	r	t	u	g	a	l	o	e	r	i	l
k	t	n	e	d	e	r	l	a	n	d	j	a

De oplossing vindt u in de volgende Schakel.

PUNT EN EL.

Via radio, TV, tijdschriften enz. enz. worden we bestookt met berichten over en verwijzingen naar (website)adressen eindigende op ".nl".

Het is, zoals dat heet: van deze tijd. Van de mogelijkheden van de digitale snelweg wordt intensief gebruik gemaakt. Of het allemaal een zegen is, is nog maar de vraag. Veel berichten, die op de computer verschijnen, vallen onder het hoofdstuk "ongewens" en moeten dus met behulp van een speciaal programma verwijderd of tegengehouden worden.

U hebt daar geen last van want u hebt (nog) geen computer?

Maakt u zich dan niet ongerust. U staat daarin niet alleen, ondanks het feit dat velen van ons menen dat ook het computerbezit onder de ouderen gemeengoed is. "Binnen onze vrienden- en kennissenkring heeft vrijwel iedereen een computer", is daarbij een vaak gehoorde opvatting. Dat zal dan wel, maar niet iedereen valt binnen die kring. Het feit dat veel van

uw vrienden en kennissen één of misschien zelfs twee auto's voor de deur hebben staan, betekent nog niet dat dus iedereen een auto heeft. Soms blijkt het blikveld beperkt te zijn.

Ondanks de grote belangstelling voor computercursussen is, zo durf ik de stelling aan, het computerbezit met internetaansluiting onder de ouderen nog maar beperkt. Ongeveer 25%.

Inventarisaties, gedaan in de loop der jaren bij verschillende ouderenverenigingen, laten die uitkomst zien. De laatste bevestiging hiervan vond plaats op 28 januari jl. tijdens een informatiebijeenkomst van (ongeveer 100) nieuwe leden van de KBO Venray-kom.

Voor menigeen zal deze uitkomst verrassend zijn. Dat heeft dan te maken met het "blikveld" waarover ik hiervoor al sprak.

Waarom nog geen computer (met internetaansluiting)?

Daarvoor zijn diverse verklaringen aan te dragen. Laat ik eens proberen er een paar te noemen.

A. het kostenaspect.

Een computer aanschaffen is (nog steeds) behoorlijk duur. Bovendien is men er dan nog niet. Aan een internetaansluiting zijn maandelijkse abonnements- en gebruikskosten verbonden. Een printer is onmisbaar, maar inktpatronen (cartridges) die gebruikt moeten worden, zijn erg duur. Bovendien zal ook printpapier aangeschaft moeten worden.

En om een computer te kunnen bedienen, zullen één of meerdere cursussen gevolgd moeten worden.

Niet iedereen kan zich al deze uitgaven veroorloven.

B. de weerstand.

Bij veel ouderen speelt mee de ingebouwde weerstand tegen veranderingen. En met het toenemen der jaren neemt ook het vermogen af om in te spelen op nieuwe ontwikkelingen.

Dat is een natuurlijk proces.

Vaak vindt dat zijn vertaling in de opmerking: "daar begin ik niet meer aan". En ook daar valt begrip voor op te brengen.

Moet het voorafgaande nu gezien worden als een "antireclame"?

Nee, zeker niet.

Met de komst van de computer (met internet) zijn voor veel ouderen heel veel positieve mogelijkheden binnen het bereik gekomen.

Maar niet voor alle ouderen.

En daar wil ik met dit artikel alleen wat meer begrip voor opwekken.

Gerard Remmers

.NL

ANBO INFO

insdag 23 mei.

Fietstocht naar museum "de Locht", als afsluiting van ons jaarprogramma.

We fietsen ongeveer 40 km. met als rustpunt het museum.

Kosten € 8,- p.p. voor entree, koffie/thee en vlaai.

Vertrekpunt: De Kemphaan om 12.30 uur.

Aanmelden vóór 13 mei bij Jo Mertens.

Tel. 58 34 53 of email: ansmertens1@hetnet.nl

Bij minder dan 24 deelnemers gaat deze fietstocht niet door.

Kijk ook in Peel en Maas en op de Kabelkrant.

Vraagbaak voor 50-plussers. Tel: 030-233 00 88

insdag, woensdag, donderdag: 10.00u-12.30u.

Europeanen worden steeds gezonder oud.

Er is hierover onderzoek gedaan door het door de Europese Unie gefinancierde Hale-project (Healthy Ageing) i.s.m. Wageningen. De resultaten tonen aan, dat de gevolgen van ouder worden samenhangen met voeding en leefstijl. (roken, alcohol, bewegen). Door de lange looptijd van dit onderzoek is ook geconcludeerd, dat de huidige epidemie van overgewicht niet iets is van alleen de laatste jaren. Het aantal mensen met overgewicht neemt al toe sinds 1960.

Veel 60-plussers opgelicht.

In Nederland worden jaarlijks (250.000) 60-plussers via de telefoon of aan de voordeur opgelicht. Slechts 12 procent van de slachtoffers doet aangifte bij de politie. Nationaal Fonds Ouderhulp heeft hier onderzoek naar gedaan. Deze oplichters zijn vaak goed-georganiseerde bendes, die zich uitgeven als keurige politieagenten, verkopers, klusjesmannen, meteropnemers, tot zelfs zwangere vrouwen, die een glaasje water nodig hebben. Om oplichting te voorkomen moeten ouderen op vier punten letten:

1. Altijd de deur op slot, ook overdag.
2. Doe altijd de deur open met de ketting erop.
3. Vraag om een identificatiebewijs en controleer dit bij de instantie als u twijfelt.
4. Vraag desnoods of degene terug komt, als een bekend iemand bij u aanwezig is.



ANBO
Voor 50-plussers

Het uitstapje 11 april naar het Bejaardmuseum in Asten (lees niet: Bejaardmuseum) was bijzonder geslaagd. Een zeer bevlogen gids vertelde ons over de vele klokken en pronkstukken die daar te zien zijn. De moeite waard om ook eens met familie en/of kleinkinderen een bezoekje te brengen.

Op 29 en 30 juli 2006 zijn er kruidendagen, die in het naastgelegen natuurmuseum plaatsvinden.

KBO NIEUWS

COMPUTERCURSUSSEN

U heeft de basiscursus computer positief afgerond en u wilt zich verder bekwamen ?



KBO afd. Venray-kom organiseert onderstaande cursussen:

1.	WORD (tekstverwerking)	7 lessen
2.	EXCEL (rekenprogramma)	6 lessen
3.	Internet-Email	4 lessen
4.	Digitale fotobewerking	8 lessen

Nieuw:

5.	Verlengingscursus digitale fotobewerking	6 lessen
6.	Power Point	nog onbekend

Cursusdagen en tijdstippen zijn afhankelijk van de docent en de beschikbaarheid van het computerlokaal.

De cursus zal alleen doorgaan bij voldoende deelname.

Voor informatie en opgave:

Miriam Swinkels

Jerusalem 71

5801 ML Venray

tel: 0478 583 071

email: miriam.swinkels@home.nl



De Kloosters van Venray

Donderdagmiddag 16 maart organiseerde **KBO afd Venray-kom** een lezing over de betekenis van de kloosters en hun bewoners voor Venray. 63 belangstellenden mochten we verwelkomen. Een enthousiaste en in de geschiedenis van Venray geïnteresseerde en deskundige Toon de Brok wist op boeiende wijze de aanwezigen te verrassen met prachtige dia's en schitterende, soms ontluikende, verhalen. Hij vertelde over de

historie en achtergrond waarom voor de vestiging van vele kloosters Venray uitgekozen was. Met als gevolg de betekenis voor de bevolking, immers vele inwoners hebben de kost verdiend door er te werken.

Toon vertelde zeer amusant over het interne kloosterleven, de rijkdom en armoede, leefwijze en inzet voornamelijk in de zorg en onderwijs. Over de gebouwen wist Toon eveneens veel te vertellen, wie welke impact heeft gehad bij de af- en opbouw van de prachtige gebouwen. Dat we enorm zuinig moeten zijn op hetgeen nog over is, moge duidelijk zijn. Hoe de kloosternamen zoals Betlehem en Jerusalem aan kloosters werden toebedeeld. Ook was er aandacht voor de Lourdesgrotten, welke Venray nu nog één rijk is. Welke rollen de kloosters in de oorlogen hebben gehad en wat dit heeft betekend voor de Venrayse bevolking.

Prachtig waren de dia's welke veel herkenbaarheid in zowel personen, gebouwen en tradities brachten. Verrassend was de vertoning van de foto met daarop zusters van het Sint Jozefklooster. Een bijzondere bijkomstigheid hierbij was dat Zuster Seraphine Linskens, afgebeeld op foto, in ons gezelschap aanwezig was.

Maar de tijd gaat door en 2 uurtjes is écht te kort om alles aan te kaarten. Toon had nog uren kunnen vertellen.....

Wie weet komt er nog eens een vervolg..... de belangstelling is er zeker!

Toon, nogmaals dank voor de geweldige middag.

Miriam Swinkels



Zittend: Zuster Seraphine Linskens.

Nieuw project KBO Venray-Kom

KBO Venray-kom is de laatste jaren fors gegroeid. Er zijn nu ruim 1300 leden in leeftijdscategorie van 50 tot 95 jaar.

Daaronder zijn mannen, vrouwen, stellen en alleenstaanden, mensen voor wie religie belangrijk is en mensen die daar minder waarde aan hechten, mensen met veel of weinig geld, conditie of opleiding. Kortom, heel divers.

Voor het bestuur een reden voor bezinning. Het wil, voorzover mogelijk, aansluiten op de wensen van de leden.

Maar daarvoor moet het bestuur wel weten wat mensen willen. Daarom is eind januari gestart met het project "Vraaggericht werken". Er is hiervoor een werkgroep gevormd van 12 personen o.l.v. 2 "procestrekkers", niet-bestuursleden, die ondersteund worden door de Unie KBO in De Bosch.

Deze groep gaat de komende maanden onderzoeken of het programma-aanbod van de KBO voldoet aan de verwachtingen van de leden en wat de wensen en verwachtingen zijn van de jongere ouderen. Ook onderzoekt de groep of er onder de leden mensen zijn die zich willen inzetten voor de organisatie.

De werkgroep bestaat uit:

De dames: Alda van Weert, Tiny Verschuren, Tiny Peeters en Rietje Goumans.

De heren: Toon Broeksteeg, Rien van den Brand, Jac van Weert, Jan van Kempen, Mat Verstraelen en André Verheyen.

Procestrekkers zijn: mevr. Joke Rongen en mevr. Jeanne Hendrix en als ondersteuning vanuit het bestuur: dhr. Wiel Custers en mevr. Truus Reuling.

Over het verloop van het project zal de werkgroep zelf regelmatig iets van zich laten horen.

Themamiddag: "Gebouwen en gevels in Venray" op Donderdag 11 Mei 2006

Dhr A. Vriens wandelt aan de hand van dia's en verhalen door de historie van een aantal markante Venrayse monumenten en gebouwen.

Veel aanwezigen zullen zich herkennen in een stukje van hun eigen historie. Maar ook voor nieuwe inwoners van Venray zijn de gebouwen en bouwstijlen gaan behoren tot hun woonplaats en huis. Kennis en achtergronden hiervan versterken de beleving van uw woonplaats.

Aanmelding voor deelname bij H. de Klerk, tel. 585132 of B. v. d. Voort, tel. 588691 of schriftelijk onder vermelding van naam en telefoonnummer via de KBO brievenbus in De Kempphaan.

Ook niet-leden zijn welkom.

Een middag die u niet mag missen.

J.Fiers, secretaris KBO Venray-kom

SeniorService

De computergroep van het Hobby- en Activiteitscentrum in de Pr. Bernhardstraat

Sinds een aantal jaren is er in de winterperiode in bovengenoemd centrum een wisselende groep mensen actief met de computer.

Al is het begonnen met samen dingen uitproberen, elkaar nieuwigheden leren en gewoon plezier hebben met van alles wat je met en op een pc kunt doen.

In de loop van de tijd is het geworden tot wat het nu is: elke dinsdag komen zowel 's morgens als 's middags twee groepen bij elkaar die door vrijwilligers wegwijs gemaakt worden op de computer.

Die vrijwilligers hebben één ding met elkaar gemeen. Ze zijn een klein beetje computergek, gaan graag met mensen om en hebben er plezier in om andere mensen te helpen met de eerste stappen op het digitale pad.

- U heeft een beetje basiskennis van de computer?
- U kunt met tekstverwerken een beetje uit de voeten?
- U heeft tijd op de dinsdagen in de wintermaanden?
- Het lijkt u leuk om andere mensen de geheimen van de computer te leren ontdekken?

Herkent u zich in bovengenoemde omschrijving dan is het misschien wel leuk om eens met de huidige vrijwilligers te praten over hun bezigheden.

Piet van de Geer tel. 582670

Frans van Gool tel. 580933

Luba Legkova tel. 583359

Morry Houwen tel. 587508

Henny Gielen



GPV NIEUWS

Stichting Gehandicaptenplatform

Venray



Op initiatief van de Werkgroep BTB-Mobiliteit en Wonen van Gehandicaptenplatform Venray werd op 23 februari jl. een verkeersles verzorgd voor gebruikers van een scootmobiel. De heer Wijnen van de organisatie 3VO, oud-politieagent uit Sevenum, bracht aan de hand van diverse verkeersbeelden op een heel ontspannen en prettige manier de scootmobielgebruikers op de hoogte van voor hen geldende verkeersregels en verkeerssituaties.

Na een uitvoerige instructie werden de deelnemers getest op hun kennis als verkeersdeelnemer. Hiervoor moesten ze een dertigtal meerkeuzevragen beantwoorden. Hoewel niemand het "examen" foutloos had afgelegd, mocht toch iedereen na afloop zijn/haar scootmobiel weer meenemen om veilig deel te nemen aan het verkeer. Door de korte voorbereidingstijd en het feit dat elders in De Kempphaan een andere activiteit was gepland voor ouderen, namen maar weinig mensen deel aan deze toch zeer leerzame middag.

Centraal informatiepunt
voor meer informatie:

Telefoon 542120.

Secretariaat GPV
Postbus 503
Kruisstraat 1
5801 AL Venray



OPLOSSING APRILPUZZEL

Hier is de juiste oplossing van onze aprilpuzzel. U zocht naar de volgende 18 diereennamen:

paard, olifant, hond, pony, poes, leeuw, geit, dromedaris, kameel, cavia, baviaan, gorilla, hamster, giraffe, eekhoorn, eend, egel, kangoeroe.

Wij wensen u véél plezier met de woordzoeker op bladzijde 8.

OPROEP

De Algemene Hulpdienst Venray (AHD) is op zoek naar nieuwe vrijwilligers.

Iets voor u?
Beschikt u over:

- Tijd?
- Enthousiasme?
- Een helpende hand?
- Een luisterend oor?

Laat dan iets van u horen, bel telefoonnummer 584444 of schrijf een briefje naar het secretariaat:

Algemene Hulpdienst
Kennedyplein 1
5801 VH Venray

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



Vergeet niet het wekelijkse koffie-uurtje op zondagmorgen van 10.00 - 12.30 uur. Loop eens binnen!

LEESMAP

Op de leestafel in De Kemphaan (bij het binnenkomen meteen rechts) ligt de blauwe leesmap van de Seniorenraad ter inzage. Niet alleen voor de leden van de Seniorenraad, maar voor **iedereen** die een beetje "bij de tijd" wil blijven.

In die leesmap zijn niet alleen tijdschriften opgenomen, maar ook perspublicaties uit Peel en Maas en Dagblad De Limburger die voor de ouderen van belang (kunnen) zijn.

De leesmap wordt door de secretaris van de Seniorenraad regelmatig voorzien van nieuwe informatie. Uiteraard is het de bedoeling dat de leesmap compleet blijft. Dus geen stukken daaruit meenemen en de map op de leestafel laten liggen of daarop terugleggen.

De leesmap is er voor iedereen!!
Het is maar dat u het weet.

AKTIVITEITENAGENDA

Woensdag 8 mei:

Themamiddag COH
"Langer wonen in eigen huis"
De Kemphaan 14.00 uur
Zie ook blz. 6



Woensdag 8 mei t/m vrijdag 19 mei:

Tentoonstelling "Het Zesde Zintuig"
De Kemphaan 09.00-12.00 en 13.00-17.00 uur
Zie ook blz. 6

Donderdag 11 mei:

Themamiddag "Gebouwen en gevels in Venray"
De Kemphaan 14.00 uur
Zie ook blz. 10

Dinsdag 23 mei:

Fietstocht naar museum "de Locht"
Vertrek van De Kemphaan 12.30 uur
Zie ook blz. 9

Donderdag 29 juni:

Jeu de boules toernooi 55+
Achter de "Perdstal" 10.00 uur
Aanmelden tot 12 juni
Zie ook blz. 4

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 2700 ex.

Redactieleden:

Maria Lenkens-Ermens,
Sjef Martens, Piet Theuws

Redactiesecretariaat:

Annemie Grotens
Dagoberthof 30
5801 JK Venray

Tel. 0478 - 58 30 50

e-mail: secretariaat.schakel@seniorenraad.info

Grafische vormgeving & inzenden copij:

Maurits Kuit
Aronskelk 33
5803 BL Venray
Tel. 0478 - 88 08 31

e-mail: copij.schakel@seniorenraad.info

Drukwerk:

NLW grafisch - Venray - 0478 552308

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