

DE SCHAKEL

INFORMATIEBLAD VOOR OUDEREN IN DE GEMEENTE VENRAY
jaargang 23 nummer 4 april 2008

De volgende uitgave verschijnt op 25 april

Laatste dag inzenden copij: 14 april

IN DIT NUMMER:

- Vergadering Seniorenraad
- KBO nieuws
- In Memoriam Jan van Gassel
- Vergadering Centrale
- Anbo Info
- Expositie in De Kemphaan
- KBO-reizen
- Lente-Woordzoeker
- Informatie Wonen en Zorg
- Hospice Zenit
- Rijbewijskeuring
- Vasten
- Coach4you
- Ons Genoegen 25 jaar
- Brief aan Synthese
- Rommelmarkt
- GPV nieuws
- Seniorweb
- Informatiegids

Lees De Schakel óók op WWW.SENIORENRAAD.INFO

De ouderenadviseur komt graag langs voor informatie en advies over

- Wonen
- Zorg
- Welzijn
- Financiële regelingen



☎ 51 73 17

COLUMN

INTERACTIEF GEHEUGEN

Weet u nog wat u vorige week om deze tijd deed? Wat was er gisteren op de TV? Wat las ik ook weer in de krant? Vaak zijn we alles zo snel vergeten. Je wilt iets terugvertellen en dan weet je de feiten niet meer precies. Het overkomt ons allemaal wel eens. Er zijn zo veel dingen, die we willen en moeten onthouden en dagelijks komt er nieuwe informatie bij. Soms lijkt je geheugen wel een zeef en beginnen we ons zorgen te maken voor de toekomst.

Ik heb een artikel van een psycholoog gelezen over het interactieve geheugen. Daar bedoelen we niet mee de woordenboeken, de fotoalbums, internet, de agenda of brieven. Daarmee kun je ook je geheugen weer eens opruimen.

Met interactief geheugen bedoelen we andere mensen, die dagelijks ons geheugen kunnen aanvullen. Zoiets als "Wat de een niet weet, weet de ander nog."

Door gesprekken en contacten met anderen worden je herinneringen levendig gehouden en wordt het kortetermijngeheugen weer naar boven gehaald. Zo kun je samen de dingen van alledag onthouden. Je hebt samen een geheugenbank. Je hebt elkaar nodig om dingen niet te vergeten en om overal aan te denken. Je vult elkaar aan.



Door dit te weten begrijpen we beter de "vergeetachtigheid" van mensen die alleen wonen. Ze worden door niemand geholpen op dit punt. Niemand herinnert ze aan dingen die gebeurd zijn of moeten gaan gebeuren.

Ons geheugen lijkt zo gebrekkig. We hebben gewoon iemand nodig, we hebben elkaar nodig om beter te kunnen blijven presteren en beter te kunnen blijven functioneren.

Maria Lenkens-Ermens

VERGADERING SENIOERENRAAD



Waarover spraken zij?

Op 6 maart 2008 kwam de Seniorenraad bijeen.

- Wij hebben stil gestaan bij het overlijden van *Jan van Gassel*, voorzitter van de KBO-Ysselsteyn-Vredepeel. De ouderen en de gemeenschap hebben door zijn wegvallen een groot verlies geleden. De seniorenraadsleden die de uitvaartdienst hebben meebeleefd hebben een indrukwekkende afscheidsviering meegemaakt. Bedankt Jan, namens de Seniorenraad.
- Naar aanleiding van de ingekomen stukken komt de brief van mevrouw *Tacken* over "Meer bewegen voor Ouderen" nog eens aan de orde. Zie ook de bijdrage hierover van de voorzitter elders in deze Schakel. Duidelijk moet zijn, dat "Meer bewegen voor Ouderen", een wezenlijk andere inhoud heeft dan Seniorensport. Het is jammer dat Gemeente en Synthese die verwarring geïntroduceerd hebben door over Seniorensport te gaan praten. Het opvoeren van de lichamelijke conditie zal jongere ouderen zeker aanspreken en zal zeker ook erg nuttig zijn. "Meer bewegen voor Ouderen" heeft naast die conditie ook een heel belangrijke sociale en preventieve taak. Het verschil blijkt ook uit de gemiddelde leeftijd van de ouderen die aan "Meer bewegen voor Ouderen" meedoen, die is 72 jaar. Uit de discussie blijkt ook dat "De Sprank"



voor Zwemmen en Fitness onder de noemer "Meer bewegen voor Ouderen" programma's heeft draaien. Dat is kennelijk niet algemeen bekend, wel héél nuttig en waarschijnlijk op een andere wijze gesubsidieerd dan via de Synthese-weg. Wij zullen hierover duidelijkheid vragen en meer bekendheid kan ook zéér nuttig zijn.

- Aanvullend overleg is ook nodig voor de themamiddag die de Commissie Ouderenhuisvesting op 21 april in De Kemphaan wil organiseren over "Wonen en Zorg". Ook 'Welzijn' en 'Politiek en Ouderen' willen hierbij meespelen, maar signaleren dat het onderwerp nogal breed is en op 21 april waarschijnlijk alleen een opstapje gemaakt kan worden naar een bredere informatie in het najaar. Daar hoort u nog van.
- Als een stap richting de Marokkaanse gemeenschap zal de Seniorenraad een bezoek brengen aan de Marokkaanse Moskee. Evalueren wat wij voor de oudere Marokkanen kunnen betekenen. Een initiatief in de richting van de Turkse gemeenschap ligt voor de hand.
- Onze penningmeester heeft de jaarrekeningen van de Centrale, de Commissie Ouderenhuisvesting en de Stichting Computercursussen voor senioren (in oprichting) uitvoerig toegelicht. Opvallend is dat het aantal computercursisten nog steeds in de lift zit. De open dag leverde 60 nieuwe aanmeldingen op. Over het invullen van een behoefte gesproken!
- Wij hebben uitvoerig stilgestaan bij de notitie die de Commissie Welzijn heeft gezonden aan de gemeente Venray over de nota Gezondheidsbeleid. Hebben B&W onze opvattingen wel meegewogen? Wij zullen tijdig aan de bel moeten trekken om de Raad over onze kritiek te informeren. Maar eerst zal er overleg moeten komen met de KBO-Limburg zodat de klokken gelijk gezet kunnen worden.
- Wij hebben de vergaderingen van de Centrale en het Bestuurlijk Overleg voorbereid en na de rondvraag en het nieuws van de Commissies zijn wij redelijk tevreden huiswaarts gegaan.

Charles de Vilder, voorzitter.

Sjoelen in De Kemphaan

Op de eerste maandagmiddag in januari van dit jaar startten tien deelnemers met hun wekelijkse sjoelmiddag in De Kemphaan. Het initiatief voor deze activiteit is genomen door KBO Venray-kom. Er waren leden die deze activiteit graag in het programma opgenomen zagen. De tien deelnemers waren het resultaat van een behoeftepeiling onder de leden. Sjoelbakken werden aangeschaft en de ruimte in De Kemphaan werd wekelijks gereserveerd. Met de deelnemers is afgesproken dat de contributie voor deelname € 1,- per maand bedraagt.



Wanneer meerdere personen geregeld willen deelnemen is uitbreiding mogelijk. Indien u belangstelling heeft om zich bij deze sjoelclub aan te sluiten, kom dan gerust op maandagmiddag om 14.00 uur eens een kijkje nemen. U bent zeer welkom. Voor informatie kunt u ook terecht bij mevr. Mien Jansen tel. 585266, contactpersoon voor deze KBO-sjoelgroep.

Agenda

Donderdag 17 april
Jaarvergadering van
KBO Venray-kom
in De Kemphaan.

aanvang 14.00 uur



Donderdag 24 april
Themamiddag: Maatschappij en Religie
in De Kemphaan om 14.00 uur.

- ◆ Hoe kun je in de hedendaagse maatschappij je religieuze en geloofsopvattingen ervaren, beleven en ermee leven?
- ◆ Welke geloofsontwikkeling heeft Limburg de afgelopen 75 jaar doorgemaakt?
- ◆ Hoe was het vroeger en hoe is het nu?
- ◆ Hoe kijken we naar de toekomst?
- ◆ Wat verstaan we onder (Katholieke) identiteit?

Over deze vragen zullen we
onder begeleiding van

mevrouw Tonneke Konickx,
verbonden aan het Mgr. Schrijnen-huis in



Roermond en ondersteund door een aantal dia's op weg gaan naar mogelijke antwoorden. Opgave vóór 20 april via de KBO brievenbus in De Kemphaan.

Het is een thema geplaatst in de tijd dat tot zeer levendige discussies kan leiden. U bent van harte welkom.

J. Fiers, Secretaris KBO Venray-kom, telefoon 58 24 30

IN MEMORIAM JAN VAN GASSEL

Op 19 februari bereikte ons het droevige bericht van het plotselinge overlijden van Jan van Gassel. Voor het Gehandicapten Platform Venray was Jan een begrip. Hij stond, als een van de eerste bestuursleden, aan de basis van het GPV. Jarenlang gaf hij als voorzitter van het GPV leiding aan het platform. Hij was als geen ander in staat om ook anderen te enthousiasmeren op te komen voor de belangen van mensen met een beperking. Hij had niet alleen bestuurlijke kwaliteiten, hij was ook een doener. Niet alleen praten over problemen, maar ook veel werk verzetten om problemen tot een oplossing te brengen. Dus ook de werkgroep van het GPV kon vaak een beroep op hem doen. Maar hij zette zich ook in voor het algemeen belang van de inwoners van de gemeente Venray met name voor de senioren. Zo droeg hij zijn steentje bij aan het overleg voor het behoud van het ziekenhuis in Venray.

Jan was niet alleen bekend in Venray en omstreken, ook regionaal en provinciaal nam hij deel aan diverse overlegorganen. Dit alles met steeds één doel voor ogen: opkomen voor de belangen van mensen met een beperking. In 2005 nam hij afscheid van het GPV om wat meer rust te krijgen en meer aandacht en tijd te kunnen geven aan Mia, zijn kinderen en kleinkinderen. Zijn naam valt nog vaak en wij zullen hem in onze herinnering houden als een gedreven bestuurder, een harde werker, maar vooral als een hartelijke man die we graag in ons midden hadden.

We wensen Mia, de kinderen en de kleinkinderen heel veel sterkte en we hopen dat zij, uit de vele mooie herinneringen aan Jan, hun vader en opa de kracht zullen krijgen om dit verlies ooit een plekje te kunnen geven.

Bestuur en leden van de Werkgroep Gehandicapten
Platform Venray

VERGADERING CENTRALE



Waarover spraken zij?

Op 18 maart vergaderde de Centrale.

De vergadering werd geopend met een In Memoriam van *Jan van Gassel*.

Paula Herens (Voorzitter van Ons Genoegen Smakterheide), neemt vandaag afscheid. Zij is medeoprichter van de Centrale en 24 jaar lid geweest. Hier past dank en een bloemetje. Dat zal worden thuisbezorgd.

KBO Ysselsteyn-Vredepeel heeft *Johan Lemmens* als opvolger van *Jan van Gassel* gevonden en KBO Castenray heeft de opvolging van *Truus Tacken* (dank je wel *Truus*), opgelost door het doorschuiven naar het voorzitterschap van *M. Smulders* en een nieuwe secretaris *H. Willemssen*. Welkom!

- ◆ De Informatiegids is inmiddels bij de 65 plussers aangekomen. De vergadering merkt terecht op dat het zonnetje best wat meer had mogen schijnen op degenen die er veel energie in gestopt hebben: *Wiel Custers*, *Gerard Remmers* en *Anja Damhuis* van Synthese. Hulde!
- ◆ Elders in deze Schakel is een notitie opgenomen over "Meer bewegen voor Ouderen" en de brief van *Mevrouw Truus Tacken*. Er komt een vervolgesprek met Synthese.
- ◆ Aan de orde is de jaarrekening van de Centrale. Door het doorschuiven van de kosten en opbrengsten van de Infogids naar 2008 is een positief saldo ontstaan van € 326. De algemene reserve van € 14.307 lijkt aan de hoge kant, maar bij een jaarbegroting van € 16.000 kun je zo'n reserve best wel eens nodig hebben. De Kascommissie onder leiding van *mevrouw Toebast*, bijgestaan door *mevrouw Tromp* en de heer *Verschuuren*, heeft de administratie van zowel, de Centrale als van de Commissie Ouderenhuisvesting en de Werkgroep Computercursussen gecontroleerd en in orde bevonden. Hartelijk dank Kascommissie. Zij zijn overigens bereid om nog een jaar als Kascommissie te fungeren. De vergadering heeft daarna de Penningmeester en het Bestuur gedechargeerd.

- ◆ De voorzitter meldt dat de Werkgroep Computercursussen inmiddels omgezet is in een Stichting. De Seniorenraad zal er op toezien, dat de Centrale zicht houdt op de gang van zaken van de nieuwe Stichting.
- ◆ De jaarverslagen van de Commissies Welzijn en Ouderenhuisvesting zijn behandeld. Voor de inhoud wordt verwezen naar de website: www.seniorenraad.info
- ◆ De dag van de Ouderen is besproken. Er zijn afdelingen die mogelijk een eigen dag willen organiseren. Dat is hun goed recht. Maar algemeen wordt toch betreurd, als deze mogelijkheid tot samenzijn van Kom en Kerkdorpen verloren zou gaan. En al zeker wil men de H. Mis in de Grote Kerk niet missen. Er moet wel een oplossing gevonden worden voor de te kleine foyer en de negatieve gevolgen van "wie het eerst komt het eerst maalt". Er wordt ook gepleit voor het optreden van lokaal talent. De werkgroep neemt dit alles mee en vraagt ook om uitbreiding.
- ◆ Vervolgens staat een presentatie op de rol van het Beleidsplan 2008-2011. Iedereen die dat nog eens wil volgen kan het vinden op onze website. De voorzitter is gaarne bereid om de presentatie ook te houden in de afdelingen.

Daarna gingen wij uiteen, met een tevreden gevoel de morgen nuttig te hebben besteed.

Charles de Vilder, voorzitter.

IN MEMORIAM JAN VAN GASSEL

In de vergadering van de Centrale van 18 maart is het overlijden op 18 februari van *Jan van Gassel* herdacht. Jan was voorzitter van de KBO Ysselsteyn-Vredepeel.

Als zodanig was hij lid van de Centrale van Ouderenverenigingen Venray.

Lange tijd was hij onze gesprekspartner bij het Gehandicapten Platform Venray.

Hij was lid van het Platform Behoud Basiszorg Ziekenhuis Venray. Een warm voorstander van de oprichting van de cliëntenparticipatie in onze regio Zorgbelang Venray.

Een zeer sociale en gedreven man, die zich inzette voor de medemens. Op 22 februari 2008 is Jan met een uitvaartdienst in de St. Odakerk in Ysselsteyn, uitgeleide gedaan door zeer veel senioren.

In een dienst geleid door kapelaan *Crasborn*, die wij niet licht zullen vergeten. Net zo min zullen wij Jan loslaten uit onze herinnering.

Dat hij moge rusten in vrede.

Charles de Vilder, voorzitter van de Centrale van Ouderenverenigingen Venray.



ANBO
Voor 50-plussers



Activiteiten ANBO Venray

Dinsdag 8 april naar het Limburgs Museum in Venlo

We bezoeken de tentoonstelling rond de Neanderthalers. Naast allerlei vondsten toont de tentoonstelling de levensechte nabootsing van het leven van dit volk van 35.000 jaar geleden met 23 levensechte 3D figuren.

Verder geeft dit (schitterende) museum o.a. via een historoscoop (panoramascherm 360 graden 40 meter omtrek 3 meter hoog met Dolby sound) de geschiedenis van onze regio weer.

Vertrek van station Venray om 13.16 uur. (reizen en entreekosten zijn voor eigen rekening)
Aanmelden vóór 5 april bij p.kroft@kpnplanet.nl of via onze brievenbus in De Kemphaan.

Dinsdag 15 april, Sociale Veiligheid

In De Kemphaan, aanvang 14.00 uur.

Uit onderzoek blijkt dat best veel mensen zich onveilig voelen. Jongeren op de straat, een vreemde aan de deur, afhankelijkheid van een rollator, het kan gevoelens van onveiligheid oproepen. Mensen die een beperking ervaren door het ouder worden voelen zich vaak extra kwetsbaar. Soms kun je zelf iets doen aan de situatie en daarmee je eigen (gevoel van) veiligheid vergroten.

In de voorlichting worden tal van situaties besproken die herkenbaar zijn voor iedereen. U krijgt tips wat u kunt doen zodat u uw veiligheid en het gevoel van veiligheid kunt vergroten. U ontvangt ook een veiligheidskrant.

Het project veiligheid wordt georganiseerd door het huis van de zorg en gesubsidieerd door de provincie.

Aanmelden vóór 11 april via onze ANBO brievenbus in De Kemphaan of bij Piet Kroft p.kroft@kpnplanet.nl

Dinsdag 22 april, ANBO Jaarvergadering

Om 14.00 uur in De Kemphaan.

Eerst een uur terugkijken en dan samen bepalen hoe we verder gaan.

Na het vergaderdeel krijgen de ANBO leden de gelegenheid elkaar weer eens te ontmoeten en bij te praten met een hapje en drankje en heerlijke live-muziek/cabaret. We bestaan tenslotte 15 jaar in Venray. De vergaderstukken ontvangen de leden tegelijk met De Schakel.

Dinsdag 29 april, 5^{de} korte fietstocht

20 tot 25 kilometer met halverwege een pauze.

Vertrek om 13.30 uur bij De Kemphaan.

Natuurlijk zorgt u zelf voor een goede fiets en een goede conditie. Eventuele kosten zijn voor eigen rekening. Gerda Stoffels (tel. 588279) en Tiny Smolders (tel. 851234) organiseren het; bij hen moet u zich aanmelden op de 29^e vóór 10.00 uur 's morgens.

En verder

Aansluiting bij FNV

27 maart j.l. werd in de landelijke verenigingsraad definitief besloten of aansluiting van ANBO bij FNV doorgaat.

In Venray hebben de leden zich op 25 febr. j.l. kunnen uitspreken over deze eventuele aansluiting. Een twintigtal leden heeft aan deze informatie en discussie deelgenomen. Uitkomst was dat een grote meerderheid voor aansluiting koos omdat zij menen dat met name via deze aansluiting de mogelijkheid tot belangenbehartiging versterkt wordt zonder dat de eigen identiteit er onder hoeft te lijden. Na Venray heeft op 17 maart ook ANBO gewest Limburg zich uitgesproken voor aansluiting bij FNV.

ANBO servicelijn (030 2330060)

De afgelopen periode zijn veel vragen binnengekomen over de thema's "AOW en samenwonen", "erfrecht" en "eigen bijdrage bij opname in een verzorgings- of verpleeghuis". Antwoorden worden momenteel gebundeld. Als u vragen heeft over o.a. deze onderwerpen kunt u tijdens werkdagen tussen 9.00 en 17.00 uur bovengenoemd nummer bellen.

EXPOSITIE IN DE KEMPHAAN

Schilderijenexpositie in De Kemphaan

Vanaf half december 2007 exposeert in De Kemphaan weer een aantal schilders, mannen en merendeels vrouwen. Wie zijn die mannen en vrouwen en wat heeft hen ertoe gebracht uitgerekend in De Kemphaan hun kunnen te tonen? Voor het antwoord op die vraag heb ik contact gezocht met een van de initiatiefnemers en tevens exposant van het eerste uur, *Jacques van Roy*, die mij als volgt liet weten:

"De grote verbouwing van De Kemphaan was klaar. Een prachtige accommodatie voor onze senioren, voorzien van alle comfort, maar niet aangekleed, kaal! Geld voor aankleding was er niet. Als lid van de schildersclub "Terpentijn" en als veelvuldig bezoeker van De Kemphaan vond ik het jammer voor dit fraaie gebouw. Ik bood de toenmalige voorzitter Joep Brueren aan om minimaal éénmaal per jaar met de schildersclub een expositie te verzorgen. De Kemphaan was blij en heeft sindsdien een blijvende schilderijenexpositie".

De schildersclub "Terpentijn" bestaat uit een kern van mannen en vrouwen die ongeveer 10 jaar les hebben gehad op de Vrije Academie Venray. Dit zijn *Leni Gottenbos, Toos Linders, Margriet Halverhout, Jan Halmans* en *Jaques van Roy*. Deze groep begeleidt en adviseert de beginners *Nelly Walter* en *Anita Arts*.

Aan de expositie van dit moment zijn voor het eerst drie dames toegevoegd van de schildersgroep "de Kwast", welke net als "Terpentijn" een middag in de week schilderen in het gebouw van de Seniorenservice. De dames *Wies* en *Jo Weijs*, lid van "de Kwast", hebben allebei een korte cursus schilderen gehad, georganiseerd door de vrouwenbond. *Gardy Schelbergen* is "autodidact".

Beide groepen, "Terpentijn" en "de Kwast", beoefenen een groot aantal technieken zoals olieverf, acryl, aquarel, pastel, potlood of gecombineerde technieken.

In mei 2002 werd voor het eerst geëxposeerd en tot nu toe zijn de exposities steeds doorgegaan. 12 december 2007 is een nieuwe expositie gestart met als deelnemers de hiervoor genoemden. Merendeels aquarellen, een vijftal acryl, twee potlood en éénmaal olieverf. Al deze

kunstuitingen treft u aan in De Kemphaan, zes in de ruimten op de begane grond en dertien op de verdieping.

Leuk om te vermelden is dat *Margriet Halverhout* en *Jan Halmans* dit jaar in de eerste helft van mei op een camping in de Dordogne in Frankrijk een schildercursus verzorgen (voor info: Margriet Halverhout, telefoon 0478-584833).

Tenslotte: het bestuur van De Kemphaan wil met deze bijdrage in De Schakel aandacht vragen voor een groep enthousiaste kunstenaars. Kom eens kijken, echt de moeite waard.

Jacq. Praats, bestuurslid van De Kemphaan.



Werk van Jan Halmans

KBO-REIZEN

KBO-reis naar Berlijn is volgeboekt.

De door de Werkgroep Meerdaagse Reizen KBO Venray/Kerkdorpen georganiseerde vijfdaagse reis naar Berlijn is precies volgeboekt. Wanneer u zich nog op de reservelijst wilt laten plaatsen, (bij eventuele uitval) dan kunt u dat kenbaar maken bij Hay Achten, Oirlo (tel. 0478-571726).

De KBO- werkgroep is nu bezig met het voorbereiden van de najaarsreis, die gepland is van 15 t/m 19 september. Bij voldoende deelname zal deze vijfdaagse reis gaan naar het noorden van ons land, waarbij ook een hele dag het autovrije waddeneiland Schiermonnikoog zal worden bezocht. Meer hierover in de volgende Schakel.



mdat het LENTE is hebben we voor u een flinke woordzoeker!



Woordzoeker Venrayse straatnamen

Woorden staan vertikaal, horizontaal, diagonaal en in beide richtingen! Als u alle 23 straatnamen heeft weggestreept, blijft er een aantal letters over. Die letters vormen een zin. Bovendien is één van de straatnamen verkeerd geschreven.



Stuur de zin en de juist geschreven straatnaam op naar ons secretariaat (kijk in de colofon). Onder de goede inzenders wordt € 15,- verloot.

V	M	O	L	G	A	K	B	A	E	W	K	E	E	B
A	E	O	N	L	O	N	D	O	I	C	O	M	C	P
R	C	T	N	O	A	E	D	J	L	N	U	U	T	N
O	E	A	L	I	S	M	N	E	A	D	N	R	I	C
S	U	A	C	E	K	R	E	A	S	E	E	E	R	B
M	S	R	R	I	U	E	L	R	R	L	U	R	R	B
O	N	T	K	I	A	T	S	A	S	W	A	E	I	E
L	A	S	T	O	R	S	H	T	E	V	N	A	U	K
E	A	Y	S	O	O	O	T	I	R	N	E	S	N	E
N	L	E	P	I	F	L	N	R	E	A	E	L	N	R
W	S	S	T	O	L	D	S	R	A	M	A	A	D	V
E	O	P	P	A	H	E	L	A	K	A	D	T	E	E
G	H	M	E	T	O	A	N	E	D	K	T	O	M	L
S	T	E	I	T	A	M	G	E	W	K	E	I	K	D
E	A	D	H	N	G	E	W	N	E	T	I	U	B	E

Onderstaand de 23 straatnamen. De redactie van De Schakel wenst u veel plezier.

ACACIASTRAAT	BRENNERLAAN	HOP	RESEDA
ANDESLAAN	BUITENWEG	KIEKWEG	ROSMOLENWEG
ATHOSLAAN	CUNERAHOF	LAMERSVELD	SILENE
BEEK	DASLOOK	LOOK	SPORTLAAN
EKERVELD	DEMPSEYSTRAAT	MONIKESTRAAT	WIJNRUIT
BOLDERIK	HIEPT	NIEUWEIND	

Themamiddag van de Commissie Ouderenhuisvesting. (COH)

Zoals elk jaar organiseert de Commissie Ouderenhuisvesting van de Centrale van Ouderenverenigingen een informatiemiddag over actuele onderwerpen die met het wonen van senioren te maken hebben. Dit jaar heeft de COH gekozen voor het thema: Wonen en Zorg.

De uitnodiging voor deze themamiddag - die op maandag 21 april a.s. zal plaatsvinden - treft u als **bijlage bij deze uitgave** van De Schakel aan. Daarop staat tevens het programma voor die informatiemiddag vermeld en de sprekers die daarvoor zijn uitgenodigd. Nadat in de

voorgaande jaren de onderwerpen zoals het zelf testen of uw woning levensloopbestendig is, de (brand)veiligheid in en om de woning en de resultaten van het woningmarktonderzoek aan de orde zijn geweest, heeft de COH dit jaar gekozen voor het thema "Zorg" in de meest brede zin van het woord. Vooral de combinatie van zorgverlening en het wonen van senioren krijgt die middag speciale aandacht. Het belooft een voor u allen zeer leerzame middag te worden welke wij van harte bij u aanbevelen.

Namens de commissie ouderenhuisvesting, Wil Mutsaers, voorzitter.

VAN DE REDACTIE

De inzenders van kopij worden dringend verzocht dit tijdig te doen. Kijk op het voorblad

van "De Schakel" voor de uiterste datum van aanleveren. Later aangeleverde kopij wordt niet meer behandeld.



HOSPICE ZENIT



Sterven is loslaten, afscheid nemen van geliefden. Het is een emotioneel proces waar steeds meer mensen ruimte voor willen maken. Liefst in

de eigen vertrouwde omgeving. Menselijk en waardig en met alle aandacht voor elkaar. Vaak kan dat ook. Kinderen wonen in de buurt en zijn er regelmatig, de burens komen wat vaker langs, vrienden en kennissen geven extra aandacht. Voor het medisch noodzakelijke zijn er de huisarts en een verpleegkundige. Thuiszorg doet waar alle anderen niet aan toekomen. Het huis is schoon, er staat eten op tafel, er is een speciaal bed, er zijn medicijnen en er zijn bloemen. Er is evenwicht. Iedereen heeft zijn rol. Alles valt op zijn plek, het leven in zijn laatste adem heeft nog altijd kwaliteit.

Soms, maar altijd nog te vaak, is er thuis dat evenwicht niet.

In de laatste levensfase kan er door omstandigheden onvoldoende kwaliteit van leven te verwachten zijn. Familie, burens, vrienden, kennissen zijn er weliswaar, maar kunnen niet structureel genoeg de hulp en de zorg bieden die ze zouden willen – ze zijn met te weinigen, zijn niet goed ter been of wonen te ver weg. Ze staan, hoe graag ze ook anders zouden willen, te vaak met lege handen.

Het beste alternatief voor de veilige beschutting van het eigen huis is dan een hospice. Daar is privacy, er is aandacht, er is hulp en medische zorg, alle aspecten zijn georganiseerd. En daarmee is dat belangrijke evenwicht weer geschapen. De kwaliteit van leven is tot het laatste gewaarborgd.

In Venray staat Hospice Zenit, het centrum voor palliatieve terminale zorg. Het hospice is een huis met een tuin, heeft zes grote kamers, met alle voorzieningen die noodzakelijk zijn. Naasten zijn er net als thuis voor gezelschap, hulp en zorg. Er is altijd een verpleegkundige aanwezig en er zijn vrijwilligers in huis, die speciaal voor de palliatieve zorg zijn opgeleid. Er zijn ook veel vrijwilligers die andere taken uitvoeren. De eigen huisarts (of een vervanger) zorgt voor de medische begeleiding. De gasten van het hospice behouden zelf zoveel mogelijk de regie over hun leven.

Hospice Zenit bevindt zich aan de Hoenderstraat 95e in Venray.

Wilt u meer informatie dan kunt u contact opnemen. Ons telefoonnummer is 0478 551434, of via mail: info@hospicezenit.nl. Onze website: www.hospicezenit.nl

RIJBEWIJSKEURING

Voor automobilisten van 70 jaar en ouder is voor verlenging van het rijbewijs minimaal iedere 5 jaar een medische keuring verplicht. Doorgaans zijn deze keuringen duur. De kosten kunnen meer dan 80 euro bedragen. Daar komen de kosten voor een "Eigen Verklaring", de pasfoto's en de aanvraag voor een nieuw rijbewijs nog bij. Alles bij elkaar betaalt een 70-plusser gemiddeld meer dan 125 euro voor een nieuw rijbewijs. Dat is veel te veel. Bovendien is het ook nog vaak lastig een dokter te vinden die de keuring wil doen. Daarom worden al op verschillende andere plaatsen in het land voordelige rijbewijskeuringen georganiseerd.

Voortaan kunnen inwoners van Venray iedere tweede vrijdag van de maand voor deze keuring terecht in het ontmoetingscentrum voor ouderen

"De Kempmaan",
Kennedyplein 1,
tel. **0478-586706**.

Voor de keuring dient men vooraf een afspraak te maken. De kosten voor deze keuring bedragen **30 euro**. De eerstkomende keuringsdatum is vrijdag 11 april. De keuringen zullen worden uitgevoerd door *Linde*



Hendrikse, arts. Het formulier voor de keuring, de zgn "Eigen Verklaring" kan worden verkregen bij de afdeling burgerzaken van de gemeente. Deze moet ingevuld meegenomen worden naar de keuring. Hetzelfde geldt voor een klein flesje urine en het overzicht van de medicijnen die gebruikt worden. Aangeraden wordt een keuring te laten doen tenminste 3 maanden vóór de datum dat het rijbewijs zijn geldigheid verliest.

VASTEN

asten.

Wat moeten we ermee in deze tijd. De veertigdagentijd zoals dat tegenwoordig genoemd wordt. De tijd tussen Aswoensdag en Pasen. Een tijd dat we ons beperkingen opleggen. Toch? In de encyclopedie is het woord vasten omschreven als o.a.: "Het zich geheel of gedeeltelijk onthouden van eten en drinken, al of niet op religieus voorschrift". Een woord wat vaak wordt geassocieerd met vasten is "versterving" waarvan de definitie luidt: "Het opzettelijk zich onthouden van aardse genoegens". Zo, daar kunnen we het voorlopig wel mee doen.



Onze tijd gaat wat anders om met het begrip vasten. Aan het begin van de vastentijd wordt via de kansel en met publicatiemateriaal aandacht gevraagd voor een bepaald project in de derde wereld. Zoals dit jaar onze steun gevraagd wordt voor de voortzetting van het levenswerk van Zuster Truus Lemmens z.g. "het stichten en onderhouden van opvanghuizen voor de minstbedeelden". Warm aanbevolen!

De gedachten aan vasten en onthouden becroop mij een dezer dagen op een verjaardagsfeest op een vrijdagmiddag. Gewoon midden in de vastentijd. Aanwezig: een huiskamer vol met (behoudens een kleine uitzondering) allemaal 65+ers. Na de koffie/thee met een flinke vlaaipunt, keuze uit 4 soorten, werd de tafel gevuld met hapjes, drankjes, nootjes en nog veel meer. De schaal met chocolade paaseitjes ging rond totdat een van de aanwezigen opmerkte:

Héj, t'is wel vâste wô!!! Ik weet het wel, een rotopmerking op dat moment.

Het gevolg was dat niemand een eitje nam en dat we gespreksstof hadden.

De vastentijd van vroeger kwam voorbij met het veel geplaagde vastentrommeltje. Tegen de tijd dat het mocht worden aangespannen zagen de snoepjes er vies en onsmakelijk uit omdat ze zo vaak waren geteld en gecontroleerd. Later in onze verkeringstijd zagen we elkaar bijna niet. Halfvasten was een welkome onderbreking van deze ontbering. De vastentijd leende zich ook uitstekend voor een rookvrije periode. Sommige flinkerds presteerden het om de ganse vastentijd niet te roken. Ik herinner mij mijn vader die "Goede Vrijdag en Paaszaterdag tot 12 uur" niet rookte. Een zeer zware beproeving. De gestopte pijp droeg hij gedurende deze tijd met zich mee om er klokslag 12 uur de vlam in te steken.

Een heikel punt toen was, wie nu eigenlijk moest vasten en voor wie dispensatie gold. Mij is in ieder geval bijgebleven dat aan het begin van de Vasten via de preekstoel werd aangekondigd dat, en ze werden ook als zodanig genoemd: kruiers van natte turf niet hoefden te vasten. Ik meen dat ook de boeren, die toen nog hard moesten werken, ook geheel of gedeeltelijk werden vrijgesteld.

Later, toen ik wat kritischer met al die kerkelijke voorschriften omging, besefte ik, dat er toen een belangrijke groep buiten de dispensatieregeling viel n.l. de (onze) moeders. Hoe is het toch mogelijk dat deze vrouwen, soms met wel tien of meer kinderen en die daarbij ook nog een belangrijke rol vervulden in het (boeren)bedrijf, niet van vasten werden vrijgesteld?

Die goeie ouwe tijd??

Sraar van Meijel.

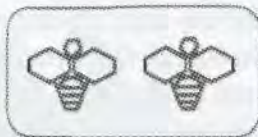


COACH4YOU

Coach4you, iets voor u?

Het Seniorservice Gilde Venray wil zijn activiteiten uitbreiden

met een coach4you project. Dit is een project gericht op het begeleiden van jongeren, die wat extra aandacht nodig hebben om een goede aansluiting te maken bij de overstap van basisonderwijs naar voortgezet onderwijs.



De jongere wordt door de leerkracht van groep acht benaderd samen met zijn ouder(s) om op basis van vrijwilligheid de ondersteuning van een coach te krijgen. De bedoeling is dat deze jongere door geen enkele instantie wordt begeleid of ondersteund. Het gaat om jongeren die wat structuur kunnen gebruiken. Er zijn ouders die het voortgezet onderwijs niet uit ervaring kennen en daardoor niet goed kunnen ondersteunen. Ook kunnen er ouders zijn die door ziekte, een sterfgeval of een echtscheiding tijdelijk niet in staat zijn om hun kind voldoende bij te staan.

De eerste maanden in het voortgezet onderwijs zijn cruciaal. Door de inrichting van dat onderwijs met veel vakleerkrachten is daarom vaak te laat voldoende zicht op de leerling. De leerling die wat stil en teruggetrokken is, doet minder appèl op de hulpstructuur van de school en daardoor wordt er pas laat gesignaleerd. Ruim halverwege het schooljaar is er voldoende zicht op het functioneren van de leerling.

De taak van de coach is om wekelijks een gesprek te hebben met ouder(s) en leerling samen. De week door te nemen en ervaringen uit te wisselen, afspraken te maken. Ook kan de coach de drempel voor de ouders naar de school verlagen en bij de contacten tussen school en leerling met ouder(s) aanwezig zijn. De bedoeling is dat de coach ingeschakeld wordt in de laatste 3 maanden van de basisschool en het eerste schooljaar van het voortgezet onderwijs. De coach regelt zelf zijn afspraken en kan terugvallen op de commissie van het gilde. Deze commissie werkt nauw samen met het SPOV en regelt de sollicitatie van de aanstaande coaches. Zij zorgt voor ondersteuning van de coaches, die een HBO werk- en denkniveau hebben en feeling hebben

met de jeugd van die leeftijd vanuit verenigingen of vanuit hun vroegere professie. De coaches moeten een bewijs van goed gedrag kunnen overleggen.

Het is de bedoeling dat tijd geïnvesteerd wordt in de leerling en de ouders en vraagt dus weinig overlegtijd en geen administratieve activiteiten. In het land lopen al enige van dergelijke projecten succesvol.

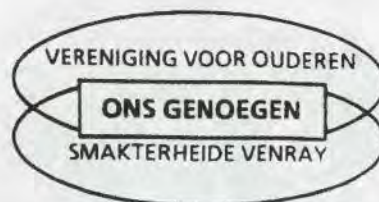
Is het iets voor u, neemt u dan contact op met:

A. van Oers, tel: 0478 583385,
e-mail: ansvanoers@home.nl of

P. Haegers, tel. 0478 571685,
e-mail: maria.oirlo@worldonline.nl of

Jan Jongenelen, tel. 0478 550078
e-mail: jan.lidy@planet.nl

"ONS GENOEGEN" 25 JAAR



**Op donderdag 17 april 2008
viert ouderenvereniging "Ons Genoegen"
haar 25-jarig jubileum**

Die dag zal ook medeoprichter en al 25 jaar voorzitter mevr. *Paula Herens-Barendsen* haar taak als voorzitter beëindigen. Dit willen wij met onze leden op gepaste wijze vieren. Dat zij zich niet alleen heeft ingezet voor de ouderen van onze wijk blijkt uit het volgende: Van 1992 tot 2001 zat zij in de Seniorenraad, en vanaf 1984 tot heden behartigt zij in de Centrale van Ouderenverenigingen de belangen van de ouderen van de gemeente Venray. Mevr. Herens is nog steeds zeer betrokken bij de ontwikkelingen rondom het ouder worden, maar gaat het nu toch echt wat rustiger aan doen en hopelijk nog vele jaren samen genieten met haar Frans.

Op woensdag 30 april bieden wij mevr. *Paula Herens-Barendsen* een receptie aan, waarbij wij u van harte uitnodigen. Die zal plaatsvinden in Wijkgebouw op 't Nipperke, St. Odastraat 41 in Venray, van 14.30 uur tot 17.00 uur.

Bestuur Ouderenvereniging "Ons Genoegen"

BRIEF AAN SYNTHESE

Bijdrage aan "De Schakel"

Mevrouw Tacken uit Castenray heeft in januari een brief geschreven aan Synthese, hiervan kreeg de Seniorenraad een kopie.

Mevrouw Tacken stelde, kort weergegeven, dat er deelnemers aan "Meer bewegen voor Ouderen" hun deelname opzegden wegens de hogere kosten en dat door het opzeggen de groepen kleiner werden en dat daardoor de kosten weer hoger werden. Een sneeuwbaaleffect dat er uiteindelijk toe leidt dat meer mensen sociaal contact verliezen en vereenzamen. Dan volgt haar vraag of het opstarten van een duur project als "eenzaamheid bij ouderen" wel nuttig is als ondertussen een effectieve activiteit om eenzaamheid te bestrijden ter ziele gaat.

Mevrouw Anja Damhuis, reageert namens Synthese op het probleem van mevrouw Tacken. Ze stelt dat de twee projecten los van elkaar staan. Dat de eigen bijdrage van de deelnemers beperkt is, te weten € 2,- per les. Bovendien wijst zij erop dat er mogelijkheden zijn om voor mensen met een laag inkomen een beroep te doen op de regeling "bijdrage 65+". Een snel en adequaat antwoord. Je zou zeggen: einde verhaal.

De vraag blijft knagen of dat wel zo is. Mevrouw Tacken legt toch de vinger op een zere plek. Ik denk dat het een goede zaak zou zijn als bijvoorbeeld de ouderenadviseurs en -consulenten zouden nagaan of het duurder worden van de activiteit opzeggen tot gevolg heeft en het sneeuwbaaleffect oproept. Bovendien zou uitgezocht moeten worden of het, behalve in Castenray, ook elders speelt. Ik hoop dat het opgepakt wordt. Als ouderenadviseur kan Anja dat zelf in gang zetten.

Als blijkt dat mevrouw Tacken gelijk heeft, dan wil ik iedereen aanraden om het rapport van Synthese "MbvO-beleid van Synthese" van januari 1999 nog eens te herlezen. Hoewel dit rapport zo langzamerhand ook de seniorenstatus bereikt heeft, staan er zaken in die mijns inziens nog helemaal actueel zijn. Je moet MbvO-activiteiten duidelijk onderscheiden van Seniorensport. Seniorensport heeft als hoofddoel om de lichamelijke conditie op te vijzelen. De jongere ouderen zal dit ongetwijfeld meer aanspreken.

Maar de gemiddelde leeftijd van de MbvO-ers was in het jaar van onderzoek 70 jaar en ouder. Toen de senioren twee jaar geleden tegen een drastische tariefverhoging in opstand kwamen, was de gemiddelde leeftijd van de opstandelingen 72 jaar. In het rapport is duidelijk te lezen dat "preventie op het vlak van de gezondheid" het belangrijkste aspect is van "Meer bewegen voor Ouderen" en dat daarnaast de sociale contacten een belangrijke factor zijn in het tegengaan van eenzaamheid.

Het moet voor iedereen duidelijk zijn dat dit een zo belangrijke zaak is, dat die niet verloren mag gaan. *Reden te meer voor Gemeente en Synthese om "Seniorensport" en "MbvO" niet door elkaar te husselen.*

Tot slot valt mij op dat ik nauwelijks reclame tegenkom voor "Meer bewegen voor Ouderen". Niet in De Schakel, niet in Peel en Maas, niet in de Kabelkrant en waarschijnlijk ook niet in de Dorps- en Wijkbladen. Volgens mij is ook nauwelijks bekend dat er een MbvO- fitness- en zwemprogramma loopt in De Sprank.

Synthese, zouden wij alvast niet beginnen er meer bekendheid aan te geven?

Charles de Vilder.



ROMMELMARKT

Ouderenvereniging "Ons Genot" organiseert op zondag 27 april de jaarlijkse "Rommelmart" in wijkgebouw 't Stekske' van 10.00 uur tot 14.00 uur. Indien u nog goed verkoopbare spullen heeft, (geen bedden, koelkasten bankstellen, e.d.) breng ze dan op zaterdag 26 april tussen 10.00 uur en 15.00 uur naar 't Stekske'. U steunt hiermee een goed doel! Entree: € 1,- Kinderen onder de 16 jaar gratis.

Werkgroep "Rommelmart".

Mantelzorgers en vakantie

Mantelzorgers moeten veel regelen voordat ze op vakantie kunnen gaan. De zorg moet immers worden overgedragen voor een bepaalde tijd. Als de vakantie dan toch alsnog geannuleerd of voortijdig afgebroken moet worden, is dat een flinke tegenvaller. Omdat ze zich niet tegen deze kosten kunnen verzekeren, weerhoudt dat veel mantelzorgers ervan om met vakantie te gaan.

Vanaf 1 januari bestaat er echter voor mantelzorgers, die lid zijn van Mezzo, een speciale verzekering tegen de kosten die het voortijdig afbreken of annuleren van een vakantie met zich meebrengt. Een samenwerking tussen Mezzo, Landelijke Vereniging voor Mantelzorgers en Vrijwilligerszorg, en reisverzekeraar Elvia maakt dit mogelijk. Hiermee is dus de eerste reis- en annuleringsverzekering voor mantelzorgers een feit. Bestaande annuleringsverzekeringen bieden immers alleen een vergoeding bij annuleren in geval van ziekte of overlijden van de verzekerde zelf of familieleden in de eerste graad. De Mantelzorg Reis- en Annuleringsverzekering vergoedt niet alleen de reissom als de mantelzorg de reis moet annuleren of vroegtijdig moet afbreken, maar ook extra kosten zoals het omboeken van een ticket of een taxi naar het vliegveld.

Meer informatie kunt u vinden op www.mezzo.nl/vakantieverzekeringen
Mezzo is ook telefonisch te bereiken via 030 6592222 of via de Mantelzorglijn Mezzo 0900 2020496



Begin maart hebt u de "Informatiegids voor alle ouderen in de gemeente Venray 2008" ontvangen. De gids bevat veel informatie en adressen op het gebied van wonen, welzijn en zorg in relatie tot het ouder worden.

Het is een uitgave van Synthese en de Seniorenraad Venray.

Informatie kan verouderen. Belangrijke wijzigingen zullen in De Schakel worden opgenomen en op de websites van de Seniorenraad en van Synthese.



Loop eens binnen voor een kop koffie!

SENIORWEB

Open Dag Computerlokaal op 15 februari j.l. in "De Kempmaan"

Behalve veel bezoekers uit Venray en omgeving, waren ook de directeur en een naaste medewerker van Seniorweb speciaal uit Utrecht overgekomen. Enkele dagen daarna ontvingen wij het volgende bericht:

*"Daniel en ik hebben jullie ontvangst erg gewaardeerd! Jullie beschikken over een ruimte met prachtige computers en over vrijwilligers waar jullie trots op mogen zijn. De open dag was erg goed bezocht en straalde veel gezelligheid uit. Voor ons was dit bezoek aan jullie leercentrum erg inspirerend en bovendien.... de vlaai was heerlijk! Bedankt en tot op de ambassadeursdagen.
Hartelijke groeten ook namens Daniel."*

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 3000 ex.

Redactieleden:

Maria Lenkens-Ermens, Mariëtte Beerkens-Sloot
Sjef Martens, Piet Theuws, Wil Geurts.

Redactiesecretariaat:

Annemie Grotens
Dagobertshof 30
5801 JK Venray
Tel. 0478 - 58 30 50
e-mail: secretariaat.schakel@seniorenraad.info

Grafische vormgeving & inzenden kopij:

Maurits Kuit
Aronskelk 33
5803 BL Venray
Tel. 0478 - 51 52 05
e-mail: copij.schakel@seniorenraad.info

Drukwerk:

NLW grafisch - Venray - 0478 55 23 08

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



CENTRALE VAN OUDERENVERENIGINGEN VENRAY

COMMISSIE OUDERENHUISVESTING

Secretariaat: P.H.M. van der Burgt, Jerusalem 16, 5801 ML Venray.

Tel. 0478 516893 , e-mailadres : info@pietvanderburgt.com

THEMAMIDDAG VOOR SENIOREN WONEN EN ZORG

De Commissie Ouderen Huisvesting Venray (C.O.H.) organiseert op maandag 21 april 2008 een themamiddag over wonen en zorg.

Locatie : de grote zaal van "De Kemphaan" aan het Kennedyplein te Venray.

Het programma van die middag ziet er als volgt uit :

- 13.30 uur Opening en woord van welkom.
door de heer Wil Mutsaers, voorzitter COH.
taak en werkwijze van de commissie ouderenhuisvesting
- 13.40-14.15 uur Aanpassingen in het ontwerp van woningen specifiek voor rolstoelgebruikers.
door mevrouw Maud Verhey,
adviseur projecten en produkten van de stichting Fokus te Utrecht.
- 14.15-14.30 uur Gelegenheid tot het stellen van vragen .
- 14.30-14.45 uur Pauze, tijdens welke schriftelijke vragen kunnen worden ingediend.
- 14.45-15.30 uur huidige locaties, plannen voor nieuwbouw, kleinschalige woonvoorzieningen
het opzetten van wijksteunpunten, langer thuis in eigen huis, domotica,
24-uurs zorg en behandeling, mantelzorg en projecten voor dagopvang.
door de heer Sjaak Aveskamp,
directeur van de Regio Horst-Venray van de Zorggroep Noord Limburg
- 15.30-16.00 uur Gelegenheid tot het stellen van vragen aan de inleiders.
- 16.00 uur Sluiting.

De commissie ouderenhuisvesting is van mening dat het programma van deze themamiddag zodanig is, dat het belooft een nuttige en voor alle senioren zeer leerzame middag te kunnen worden.

U wordt daarom van harte uitgenodigd om hierbij aanwezig te zijn.

Aan het bijwonen van deze informatiemiddag zijn voor u geen kosten verbonden.

Tot ziens op maandag 21 april 2008 om 13.30 uur in de Kemphaan te Venray