

# DE SCHAKEL

INFORMATIEBLAD VOOR OUDEREN IN DE GEMEENTE VENRAY  
jaargang 31                                  nummer 8                                  30 september 2016

*De Schakel is een uitgave van de Centrale van Ouderenverenigingen Venray*



## HONDERDJARIGENBOS

Ik zou graag eens met een groep senioren door het bos van de honderdjarigen op het terrein van het voormalige gemeentelijk zwembad willen wandelen. Maar ik overleef de tijd niet om hierop te wachten. Want dit Venrayse bos, afgelopen week weliswaar met 33 procent vergroot, telt nog maar vier bomen. Op 23 september kwam er een boom bij voor de 100 jaar geworden mevrouw Truda Voermans. Voorlopig bent u dus in een vloed en een zucht uitgewandeld. Dit is echt een bos van de lange adem.

*Foto Leo Willems*

## IN DIT NUMMER O.A.

📖 Themamiddag over veiligheid

📖 Enquête: De Schakel is goed

📖 Gift werkgroep MR voor De Schakel

📖 Computercursussen wil zich opheffen

📖 Tips van Wonen Limburg

📖 Nieuw ziekenhuis voor Venray

📖 Langer thuis met Groene Kruis

📖 Nationaal Zorgfonds nodig?

# Mailing Zeefdruk Drukwerk Belettering Bedrijfstextiel

Vestiging Parkstad | Sportstraat 6, 6466 AW Kerkrade

Vestiging Venlo | Jan van Riebeeckweg 13, 5928 LG Venlo

## COLOFON

De Schakel is het informatieblad van de Centrale van Ouderenverenigingen Venray. De Schakel verschijnt 10x per jaar in een oplage van 3300 exemplaren en is óók te lezen op [www.seniorenvenray.nl](http://www.seniorenvenray.nl)  
Los abonnement € 16,00 per jaar, te bestellen via het secretariaat.

De volgende Schakel verschijnt op **28 oktober**

### Aanleveren kopij:

e-mail: [kopij.schakel@seniorenvenray.nl](mailto:kopij.schakel@seniorenvenray.nl) of bezorgen bij J. Penris, Zandakker 10, 5801 DV Venray

Kopij aanleveren t/m donderdag **13 oktober**

Advertenties moeten uiterlijk **12 oktober** ingeleverd zijn op de e-mail: [advertentie.schakel@seniorenvenray.nl](mailto:advertentie.schakel@seniorenvenray.nl)  
Dit is tevens het adres voor informatie over voorwaarden en tarieven van advertenties.  
Coördinator: Leo Heldens

### Redactie:

Jaques Penris (voorzitter tel. 585364),  
Herman Jacobs, Henk Classens, Anja Kooiker en  
Johan Koster.

### Redactiesecretariaat:

Henk Classens, Castelostraat 4, 5811 AP Castenray.  
[henk.c1@ziggo.nl](mailto:henk.c1@ziggo.nl)

### Grafische vormgeving:

José Mulders en Theo Swinkels

### Drukwerk:

Multicopy Venray

De Schakel wordt mede mogelijk gemaakt door financiële steun van de gemeente Venray.

## BESTUURSVERGADERING CENTRALE



(over: Woonhof De Kemp, ontmoetingscentra en ledenwerving)

### Woonhof De Kemp

Bestuursvoorzitter Theo Verhoeven van de Centrale van Ouderenverenigingen was zwaar teleurgesteld over de reacties van het Dorpsradenoverleg en Wijkradenoverleg, op een brief die hij in juni namens de Centrale heeft gestuurd. Hierin had hij steun gevraagd voor het initiatief van wijkbewoners in Venray-West, om een woonhof voor senioren te bouwen op de plaats, waar de oude gebouwen van school De Kemp staan. De Centrale was van mening dat gezamenlijke steun van bewoners voor dit plan meer indruk zou maken bij de gemeente. Die heeft in eerste instantie nee gezegd, omdat op deze plek 'iets maatschappelijks' moet komen. En in het kader van woonafspraken in de provincie heeft Venray al teveel huizen. Het wijkradenoverleg in Venray vindt het niet haar taak hier op in te gaan; het dorpsradenoverleg reageerde helemaal niet. Verhoeven zal nu in het komende overleg met de gemeente dit punt alsnog aan de orde stellen. Bovendien zal het bestuur van de Centrale intern afspraken maken hoe met dergelijke plannen van inwoners om te gaan.

### Ontmoetingscentra

In genoemd overleg met de gemeente zal ook gesproken worden over de ontmoetingscentra in dorpen en wijken na 2018. De centra worden nu, aan de hand van zelf ingediende plannen en wensen, bij de tijd gebracht en moeten dan zelfstandig verder, zonder steun van de gemeente. Met enkele centra is een langere termijn overeengekomen. Na 2018 is het volgens de werkgroep ontmoetingscentra van de Centrale echter niet voorbij. Een dorpshuis of wijkgebouw is prachtig, maar er moet ook gewerkt worden aan een woonomgeving waar senioren goed kunnen wonen. Daarbij horen ook begrippen als elkaar helpen en zorgen voor elkaar. "Het kan mooi worden als we dit in een project breder maken en ook richten op alle leeftijden. Wenselijk is dat Wijk- en Dorpsraden hierin mede het voortouw nemen, maar ook als Ouderenvereniging kunnen we onze bijdrage hierin ruim nemen", aldus de werkgroep.

### Ledenwerving

Voorzitter Verhoeven hield nog eens een vurig pleidooi om meer ouderen lid te maken van een ouderenvereniging. Hoe groter de groep, hoe groter de vuist die de Centrale kan maken richting overheden. Hij vroeg zich af waarom mensen zich niet melden. Maar het is bekend: de jonge senioren voelen zich nog niet oud en hebben nog vele andere bezigheden.



Tien maanden na de start staat de onafhankelijke seniorenvereniging AVOS als een huis. Een eigentijds huis, waarvan de inrichting elk moment naar wens kan worden aangepast. Een huis waarin de leden zich op hun gemak voelen, een huis waarin geleefd wordt. Het is een familiehuis geworden waar men elkaar ontmoet. Dit resultaat is met name te danken aan de ruim 120 leden die bewust kozen voor het lidmaatschap van de AVOS. Gezien hun veelvuldige aanwezigheid en hun daadwerkelijke inzet tonen zij zich echt betrokken bij de vereniging, hun club. AVOS heeft een door de leden gewaardeerd jaarprogramma, dat door de activiteitencommissie is samengesteld. Maandelijks is er een recreatieve, sociale, culturele of voorlichtende activiteit. Daarnaast wordt er eveneens maandelijks met KBO Venray samen gefietst en gewandeld. Bijzonder is dat leden zelf extra activiteiten zijn gaan organiseren. Met recht kan er gesproken worden over "AVOS: voor, maar ook door de leden". In de praktijk is er elke maand een extra activiteit aan de orde. Deze activiteiten blijken globaal in twee categorieën te verdelen: cultureel en ontmoeten/kennismaken. Cultureel gaat het vooral om museumbezoek. Begin 2017 staat in het Helmonds gemeentemuseum een bezoek aan de expositie 'Vlisco Un à Un' gepland.

### Verkeerstreffen

Bij ontmoeten en kennismaken gaat het om contacten en excursies. Op 2 november worden de AVOS-leden onthaald in MFC Brukske en op 1 december biedt Veilig Verkeer Nederland een 'Verkeerstreffen' aan. Waar mogelijk staat de AVOS open voor samenwerking met andere ouderenverenigingen. Op het vlak van belangenbehartiging is de Centrale van Ouderenverenigingen onontbeerlijk. Dit alles onder het motto 'Samen sterk'. Al met al kan geconstateerd worden dat de AVOS springlevend is. Voor informatie: [www.avosvenray.nl](http://www.avosvenray.nl) of tel. 514362 (secretariaat).

### VOOR U GELEZEN

"Valpartijen bij senioren veroorzaken niet alleen lichamelijk letsel, met verwondingen, kneuzingen of breuken, maar bezorgen ook een psychologische shock. Daarop volgt een periode vol twijfels, met een gebrek aan zelfvertrouwen en angst om opnieuw te vallen."

*Inge Kuin in het blad Oudfit.*



### PERIODIEK ONTHOUDEN

Waarschijnlijk is dit de eerste keer dat een stukje in De Schakel alleen voor de Venrayse dames bestemd is. Ik wil hierin namelijk de rol van ons, torenhaantjes, rond het 'hoe en waarom' van de grote gezinnen uit het verleden aan jullie opbiechten. Nou ja, het 'hoe' hoef ik op uw leeftijd niet meer uit te leggen, lijkt me. Dames, u hebt inmiddels allemaal de beruchte 'overgang' doorstaan. Die lastige periode met z'n onberekenbare vaporekes. Daarvóór was u steevast winnares van de maandelijkse Jackpot, wanneer het eitje zo nodig weer eens moest springen. Waar het manvolk elkaar trof in clubverband, troffen jullie elkaar in een ander verband, zal ik maar zeggen. In dit verband(?) herinner ik mij nog goed dat - zo net na de oorlog - het wasgoed nog te drogen werd gehangen aan de waslijn. Eén keer in de maand, discreet weggestopt, viel daartussen ook een kleine collectie badstof lapjes te bespeuren. Als torenhaantjes hadden wij daar van bovenaf natuurlijk vrij zicht op. Hoe de 'vlag erbij hing' konden wij als geen ander waarnemen.

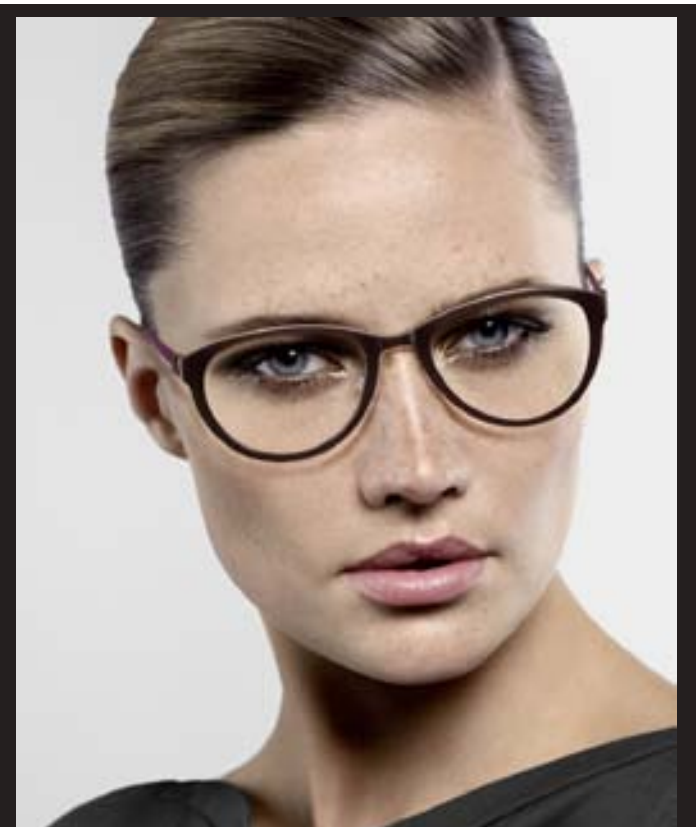
De geestelijkheid stak in die tijd nogal wat energie in het aanmoedigen van gezinsuitbreidingen. De pil bestond nog niet. Dus waren grote gezinnen het onvermijdelijke gevolg.

Als torenhaantjes moeten we nu met schaamrood op de kaken bekennen dat wij in 'het complot' zaten en een cruciale spionagerol hebben vervuld. Vanaf de torens van de Venrayse kerkdorpen konden de haantjes namelijk elke 'vlaggende' waslijn peilen, en in code werden de kompas-hoeken dan doorgegeven aan het ODCC (Operationele Dekenale Commando Centrum). Die gegevens werden op de plattegrond onmiddellijk ingetekend en daar waar de lijnen elkaar kruisten (bij die vlaggetjes!) was het BINGO! Als de wiedeweerga sprong pater Pothof (of een andere dienstdoende zielenherder) dan op de fiets, om zonder dralen ter plekke de boodschap van 'Vermenigvuldigt u' te gaan brengen. Er was haast geboden. Hij diende namelijk de volgende eisprong vóór te zijn, anders moest er minstens weer een maand gewacht worden.

Libresse en Always hebben helaas onze kruispeilingen gesaboteerd. Het wegwerpspul met vleugeltjes begon de zaak te verzieken. 'Het' hing niet meer aan de waslijn en vanaf die tijd zijn de torenhaantjes brodeloos geworden. Nu leven wij nog slechts van de wind.

"Tok, tok, tok, alweer een ei?" De huidige pil-generatie is het 'periodiek onthouden' inmiddels finaal vergeten.

*Haantje van de Toren*



**mijling**

**10% KORTING  
VOOR KBO LEDEN \***

*\*Informeer naar de voorwaarden*

## LANGER THUIS MET GROENE KRUIS



Op zaterdag 8 oktober organiseert Groene Kruis Ledenorganisatie in de Witte Hoeve in Venray 'Langer thuis met Groene Kruis'. Dit is een evenement speciaal voor 50-plussers in gemeente Venray en omgeving.

### Vijf belevenispleinen

Het evenement bestaat uit vijf belevenispleinen: zelfstandig wonen, gezond leven, mantelzorg, ict & domotica, verzekeren & financiën. Liefst 35 organisaties zullen zich tussen 9.30 en 14.30 uur presenteren. Daarnaast worden er diverse lezingen, workshops en presentaties gegeven over mindfulness (geestelijk evenwicht, aandacht), erfrecht, het hoe en wat van vergoedingen, inbraakpreventie, voeding & dieet, alles over slapen en slaapmatrassen, enzovoort. Kortom: heel veel informatie over onder andere langer zelfstandig thuis blijven wonen, fit en vitaal blijven, veiligheid in en om huis, vergoedingen en zorgtechnologie.

### Meer informatie en inschrijven

Wilt u 'Langer thuis met Groene Kruis' bezoeken op zaterdag 8 oktober? En vindt u het leuk om samen met familie, vrienden of burens naar het evenement te komen? Ook zij zijn van harte welkom.

Ga (bij voorkeur) naar de website [www.groenekruis.nl/event](http://www.groenekruis.nl/event) waar u meer informatie vindt over het evenement en het inschrijfformulier. Wilt u zich liever niet digitaal aanmelden of hebt u geen computer? Bel dan met de klantenservice van het Groene Kruis, tel.: 08861.

Op het inschrijfformulier kunt u aangeven met hoeveel personen (maximaal vier) u wilt komen. Tevens kunt u alvast doorgeven of u een lezing, workshop of presentatie wilt bezoeken. Mocht u willen komen en hebt u zich niet opgegeven? Dan kunt u binnen, mits er ruimte is.

### CURSUS OMGAAN MET GELD

Voor mensen die kampen met tekorten of zich zorgen maken over hun financiën: Op de woensdagen 5, 12 en 19 oktober 2016 biedt de gemeente Venray de



inwoners opnieuw een cursus 'Omgaan met geld' aan. Deze cursus wordt verzorgd door budgetcoach Danielle Knapen en heeft plaats in wijkcentrum 't Schöpke in Veltum vanaf 19.00 uur.

Danielle Knapen leert u hoe u zicht kunt houden op uw inkomsten en uitgaven, door het maken van een begroting, bespaartips, verzekeringen en belastingtoeslagen. Daarnaast geven vrijwilligers van het Platform Lage Inkomens Venray (PLIV) en Papierkroam van Synthese uitleg over het op orde brengen van uw administratie. Deelname is kosteloos. Geef u op door voor 1 oktober uw naam, adres en telefoonnummer te mailen naar [gemeente@venray.nl](mailto:gemeente@venray.nl)

**65 KLUS DIENSTEN**

65 Klus Diensten verzorgt klusjes in en om huis bij ouderen en hulpbehoevenden

*kleine klus, groot plezier*



Klein bedrag, pinnen mag

**PIN**

0478-854244 • [info@65klusdiensten.nl](mailto:info@65klusdiensten.nl) • [www.65klusdiensten.nl](http://www.65klusdiensten.nl)

**BAKKERIJ VAN GASSEL**



Timmermannsweg 2  
5813 AN, Ysselsteyn  
Tel. 0478 - 54 14 74  
Fax. 0478 - 54 21 69

Kruidenlaan 151  
5803 BV, Venray  
Tel. 0478 - 58 74 01  
Fax. 0478 - 58 19 74

Schouwburgplein 5  
5801 BV, Venray  
Tel. 0478 - 50 33 02  
Fax. 0478 - 64 00 40

Heidseweg 44  
5812 AB, Heide  
Tel. 0478 - 85 03 82

[www.vangassel.nl](http://www.vangassel.nl)

Like ons op Facebook [www.facebook.nl/vangassel](http://www.facebook.nl/vangassel)

*"iedere dag aantrekkelijke aanbiedingen"*

## DIT HOUDT ME BEZIG

Wie is: Hay Freriks  
Woonplaats: Oostrum  
Leeftijd: 65 jaar  
Getrouwd met: Nelly Freriks-Rongen  
Opa van: 5 kleinkinderen  
Beroep: leerkracht, docent en algemeen directeur, adviseur, coach, schrijver  
Bezigheden: sport, oppas-opa, het schrijven van poëzie



Al vroeg in zijn leven begon Hay met het schrijven van poëzie. Toen hij vijftien jaar was, raakte hij geïnspireerd door de muziek van Leonard Cohen. Dat was wat hij óók wilde en zo ontstond zijn eerste gedicht. In Horst, waar Hay geboren en getogen is, kwam hij als puber regelmatig met zijn vrienden samen in een oud kippenhok, zoals dat toen gebruikelijk was. Zij noemden hun 'clubhuis' ZOPO: Zuipen Onder Primitieve Omstandigheden. Samen met drie andere jongens kwam hij daar eind jaren '60 op het idee, om een dichtbundel te maken voor het goede doel. Dat doel was: een protest laten horen tegen de oorlog in Vietnam. Het uiteindelijke resultaat, met rebelse gedichten en (hier en daar pikante) tekeningen, kreeg de naam 'Pandora'.

### Zwaan

Toen Hay eenmaal onderwijzer was, vond hij het belangrijk om ook zijn leerlingen het belang van en het plezier in dichten bij te brengen. Hij schreef daarvoor zelfs een lessencyclus, waar muziek een belangrijk onderdeel van uitmaakte. Hij liet dan bijvoorbeeld 'Conquest of Paradise' van Vangelis horen. Daarna vroeg hij dan: "Wat heeft je geraakt, wat gebeurt er met je?". Eén kind gaf daarop als antwoord, dat hij een witte zwaan had gezien in zijn fantasie. Maar verder kwam hij niet met zijn gedicht. Dan suggereerde Hay: "Stel eens een vraag aan die zwaan".

Uiteindelijk werd het hele gedicht:

*Zwaan*

*waarom ben je wit?*

*Ik weet 't niet.*

### Ingelijst

Regelmatig deed Hay met zijn hele klas mee aan landelijke dichtwedstrijden voor de jeugd. En vaak verscheen er dan ook werk van hen in dichtbundels die daarna uitgegeven werden. Ook de ouders van zijn leerlingen staken veel op van de passie van Hay. Want hij gaf hen workshops 'Poëzie', waarvan de opbrengst natuurlijk weer naar het goede doel ging. Gedurende zijn hele werkende leven heeft Hay zijn gedichten voor diverse doeleinden ingezet.

"Dan begon ik een bijeenkomst met een gedicht, of ik sloot ermee af. Of bij de opening van een nieuwe school. Dit kreeg vervolgens ingelijst een plek aan de

muur. Mooi om te zien als ik er nu weer kom", verwoordt Hay.

### Vier woorden

De gedichten vloeien bij Hay zo uit zijn pen. Ook toen hij als 27-jarige een burn-out had. "In die tijd heb ik vier woorden omarmd. Ze vormden een soort mantra waar ik steun en houvast in vond." En dat is altijd zo gebleven. Zeker na een hartoperatie enkele jaren geleden. Deze vier woorden zijn dan ook terug te vinden in een gedicht in Hay's pas verschenen dichtbundel 'Met een knipoog' (met zijn kleindochter Juul op de cover):

*energiek*

*bezielend*

*hartverwarmend*

*onbevangen*

*het kompas*

*op mijn levenspad*

*het gouden pad.*



Alles kan voor Hay een inspiratiebron zijn voor een gedicht. Zijn kleinkinderen, Vlieland, de zee, de natuur, zijn werk. En het afscheid van een goede vriend.

"Met deze vriend heb ik meerdere, heel bijzondere gesprekken gehad. Op het laatst had ik zelfs (met toestemming) pen en papier bij de hand. Omdat wat er gezegd werd, diepe indruk op mij maakte." Tijdens de uitvaart heeft Hay enkele van de gedichten die hieruit ontstaan zijn, voorgelezen. Dit alles heeft een nieuwe dimensie toegevoegd aan zijn werk. 'Het gouden pad' en 'Lichtbroeder' zijn daarbij belangrijke begrippen geworden die regelmatig terugkomen. Omdat Hay al zijn werk bewaard heeft, is er een zeer omvangrijke verzameling ontstaan. Met als belangrijkste kenmerk een heel eigen stijl van dichten. Hij werkt nu aan zijn derde dichtbundel. Daarmee zal hij vast heel veel mensen een groot plezier doen.

Anja Kooiker  
foto's Leo Willems



Meer weten  
van online  
bankieren.

En een  
wereld zien  
opengaan.

#### Internetbankieren

Als je 't eenmaal weet, is het heel makkelijk.  
Daarom helpen wij u bij uw online stappen. Zodat  
u aansluiting houdt op een snel veranderende  
wereld.

[www.rabobank.nl](http://www.rabobank.nl)

*Een aandeel in elkaar*



Rabobank

## MEERDAAGSE REIS NAAR MERZIG



De door de KBO's van Castenray, Oirlo en Oostrum georganiseerde vierdaagse reis zit er weer op. Het was een interessante reis. De reizigers hebben van boven af drie Duitse rivieren in hun prachtige omgeving mogen aanschouwen. De Rijn bewonderden ze vanaf de Drachenfels na een leuk ritje met de bekende Drachenfelsbahn. Na een korte wandeling keken ze op een andere plek vanaf uitzichtpunt De Kloef neer op de mooie lus die de Saar onder hen maakte. Tenslotte bracht een toeristentreintje bij Bernkastel de senioren hoog de wijnvelden in, vanwaar de Moezel er ook geweldig uitzag.

### Slagvelden

Het bezoek aan de slagvelden van Verdun maakte een heel grote indruk. De film, het gebouw met de beenderen van 130.000 omgekomen soldaten, de rondrit en het staan bovenop het maandenlang bestookte fort Douaumont deed iedereen over oorlog en vrede nadenken. De Nederlandstalige samenvatting van de slag werd erg gewaardeerd. Misschien kopen sommigen binnenkort wat extra Villeroy en Boch serviesgoed of sanitair. De mooie rondleiding in dit bedrijf kan hen hiertoe zeker aanzetten. Rustgevend waren de mooie boottocht op de Saar en het al eerder genoemde tripje met het toeristentreintje bij Bernkastel. De lunches 's middags en het buffet 's avonds waren heerlijk en (te) overvloedig. De ouderen moeten met zijn allen aan het trimmen. De muziekkavond was ook erg geslaagd. Ondanks nieuwe heupen of ongemakken werd er volop gedanst. De chauffeur reed prima, regelde probleempjes uitstekend en was de vriendelijkheid zelfve. Kortom, iedereen was dik tevreden.

*Wim van Delft*

**keuten van loon**  
*hoveniers.*

**[Dé groene handen voor senioren!]**

Onbezorgd genieten?  
Keuten van Loon is uw helpende hand met klussen voor Tuin & Huis, zodat u onbezorgd kunt genieten.  
Al 50 jaar een vertrouwd gezicht!

Informeer naar de mogelijkheden  
en begin met een goed en gratis gesprek.  
[T] (0478) 54 63 39 [E] [info@keutenvanloon.nl](mailto:info@keutenvanloon.nl)  
[I] [www.keutenvanloon.nl](http://www.keutenvanloon.nl)

### GIFT VOOR DE SCHAKEL

De werkgroep meerdaagse reizen van de KBO Venray en kerkdorpen heeft de centrale van Ouderenverenigingen een bedrag van € 500,- geschonken ten behoeve van De Schakel. Zoals u weet was De Schakel afgelopen jaar in de rode cijfers terecht gekomen. De werkgroep had van de laatste reizen geld overgehouden, omdat de bus meer dan vol was met betalende reizigers. Eerder al waren, met instemming van de reizigers, andere goede doelen verrast met een bijdrage. De werkgroep maakt veelvuldig gebruik van het ouderenblad om de reizen te promoten.

## NAAR HET KASTEEL IN BOXMEER



Voor een fietstocht naar Boxmeer, de laatste dit jaar, kunt u vertrekken bij zwembad De Sprank in Venray, vlakbij knooppunt 20. De route gaat naar de Overloonseweg en als u die volgt, komt u langs het oorlogsmonument (de piramide bij de Loobeek). Dit monument herinnert aan de tankslag van eind 1944. Overloon heeft er na de oorlog een groot oorlogs- en verzetsmuseum aan overgehouden.

De route die u nu fietst voert er niet langs, maar gaat dwars door het dorp. Aan de rechterhand passeren we het golfterrein van Overloon, om dan de bossen in te duiken en er vlak voor de A73 weer uit te komen. Deze snelweg steken we over, om na een kilometer aan de rechterkant via een fietspad de A73 te volgen. Uiteindelijk komt u in Sambeek terecht. Het kan niet missen, vanuit de verte ziet u al de imposante toren.



### Madeleine

Bij die toren fietst u een klein stukje langs de grote weg naar Boxmeer. Dan slaat u rechtsaf een veldweg in. Na enkele kilometers komt u uit bij het bijna helemaal verdwenen oude ziekenhuis, aan de rand van Boxmeer. Om het eerste doel, het kasteel van Boxmeer, te bereiken fiets u even een stukje naar knooppunt 1. Via twee poortgebouwen komt u bij kasteel, klooster en verzorgingshuis Madeleine.

Onder de hoofdingang is de ingang van het gemeentemuseum (in de kelder) en het kasteel. Hier begint elke zondagmiddag om 13.30 uur een rondleiding door het oude slot. Het gemeentemuseum is ook op zaterdag open.

Het gebied Meer is vanaf 1270 door de hertog van Gelre in leen uitgegeven aan Jan Boc van Mere. Vandaar de naam 'Boc's Meer', Boxmeer. Louis van Sasse van Yssel was de laatste adellijke heer op het kasteel. Het gebouw werd daarna enkele keren verkocht. De laatste koper was Alphonse Maria Sassen die in 1896 toestemming gaf aan de zusters

van Julie Postel om in het vervallen kasteel een ziekenhuis te stichten. De zusters konden het in datzelfde jaar nog kopen.

Van het oorspronkelijke kasteel zijn de hal en de ontvangstzaal uit 1615 nog behouden; verder is op de onderste verdieping een tweetal slaapkamers in oude stijl hersteld. Op de tweede verdieping zijn ook nog kasteelkamers maar die zijn voor het publiek niet toegankelijk.

### Oude sfeer

De zusters van Julie Postel hebben ook zoveel mogelijk de sfeer van de vroegere kasteelheren laten herleven. Zo staat de tafel gedekt en hangen aan de muur schilderijen van vroegere bewoners. De zusters van Julie Postel zorgen op dit moment voor een 45-tal religieuzen van hun eigen en andere congregaties. In hun kloosterhuis, Madeleine genaamd, is ook plaats voor niet-religieuzen.

U steekt na dit intermezzo de zijarm van de Maas over naar het centrum van Boxmeer. De plaats heeft wel wat terrasjes, maar geen echt plein. Alleen de plompe toren van de H. Bloedkerk valt op.

Voor het vervolgen van de route houdt u knooppunt 17 aan in de Steenstraat. Bij knooppunt 17 gaat u terug naar Venray, maar dan via de Maaskant. U passeert de Sambeekse sluizen en duikt het Maasheggenlandschap in: lapjes wei en akker, omzoomd met meidoorn- en sleedoornheggen. Als u Vierlingsbeek verlaat, gaat u richting veerpont Bergen. Net voor de Maas gaat u de Molenbeek over. Let op de bever!

Als de silo's van Havens voor u opdoemen zijn Maashees en Geijsteren niet ver meer. Voordat u in Geijsteren arriveert, passeert u de Geijsterese watermolen, niet te verwarren met de Rosmolen in de Geijsterese Bossen. Op naar Oostrum, langs de Watermeule (KBO home), waar de laatste storm een monumentale wilg omverblies. Dan het spoor over en naar Venray toe.

Jammer dat de rondleiding in het kasteel Boxmeer alleen op zondagmiddag is. U kunt natuurlijk ook een afspraak maken.

Kijk daarvoor op [www.kasteelboxmeer.nl](http://www.kasteelboxmeer.nl) of [www.juliepostel.nl](http://www.juliepostel.nl)

De route via de knooppunten: zwembad De Sprank rechts knooppunt 20-17-27-28-45-44-53-39-37-18-17-1 om bij het kasteel te komen in Boxmeer weer 17-4-38-55-40-57-46-61-16-17-20-18 bij het zwembad. Het kan verwarrend overkomen, maar zowel in Venray als Boxmeer zijn knooppunten 17 en 18 gelegen. De lengte van de fietstocht is ongeveer 45 kilometer

## ENQUÊTE OVER DE SCHAKEL: MEER BETALEN MOET KUNNEN



Om de baten en lasten van het uitgeven van ouderenblad De Schakel in evenwicht te brengen zijn, meer advertenties gewenst en kunnen de kosten worden verlaagd door minder duur papier te gebruiken. Ook mogen de ouderenafdelingen best wat meer geld steken in het blad. Dit zijn grofweg de meningen van het gros van de mensen die de in juli bijkomende enquête over De Schakel hebben ingestuurd. Ongeveer 150 formulieren zijn ingevuld teruggekomen. Helaas een klein aantal pas ruim na 1 augustus, toen de telling al was gebeurd. Maar over het algemeen hadden ook deze mensen geen afwijkende mening.

### De cijfers

Laten we vooraan beginnen. Het doet de redactie deugd dat slechts één inzender De Schakel maar matig vond. De rest oordeelde: goed tot uitstekend, acht vonden het blad rustig. Liefst 95 procent van de lezers vindt het blad goed leesbaar en ongeveer 80 procent vond de tekst ook voldoende gericht op de ouderen. Op de vraag of er voldoende aandacht is voor uw dorp of afdeling antwoordde rond de dertig procent met nee. De meeste senioren willen het blad, wat kleur betreft, houden zoals het is. Tien procent van de lezers is voorstander van geen kleurgebruik (deels uit kostenoverwegingen) en slechts drie mensen wilden De Schakel helemaal in kleur ontvangen.

### Beperkt bewaard

De meeste ouderen (96 van de 127 die dit invulden) lezen De Schakel van het begin tot het einde. Een kwart leest alleen dingen die hen interesseren. Slechts een tiental mensen gaf aan alle Schakels een jaar of langer te bewaren, de rest bewaart hem tot de nieuwe verschijnt of gooit hem meteen weg. De advertenties in het blad worden op dit moment niet als storend ervaren, door drie van de inzenders wel. Twee op de tien is van oordeel dat er nu al genoeg advertenties zijn. Maar de rest vindt dat er best nog een halve tot hele pagina aan advertenties bij kan.

### Bezuinigen

Een van de laatste vragen was of afdelingen meer zouden moeten betalen voor De Schakel. Opvallend is dat 85 procent van de inzenders aangeeft dat dit inderdaad zou moeten. Gezien de kosten wordt er gekeken naar mogelijkheden om te bezuinigen. Hier waren meer antwoorden mogelijk. Negentig keer werd er gepleit voor minder duur papier, 33 keer voor minder kleur en slechts twaalf keer voor minder pagina's. Veertig keer kwam de suggestie 'minder nummers per jaar' uit de bus.

In twee onderstaande artikelen leest u opmerkingen die door inzenders zijn gemaakt, met eventueel een toelichting van de redactie.

## FINANCIËLE OPMERKINGEN UIT DE ENQUÊTE

### Digitaal

Een inzender van de enquête adviseert om De Schakel alleen nog digitaal door te geven. Dat scheelt een heleboel geld in drukkosten en het rondbrengen is ook niet meer nodig. De redactie vindt dit een onderwerp voor de (nabije) toekomst, al zal het meer een zaak van en-en worden. Zolang nog een flink percentage ouderen geen computer of tablet heeft, kunnen we de papieren Schakel niet afschaffen. En het bezorgen moet toch, zolang een blad als Nestor verschijnt. Maar een digitale Schakel komt er vast nog. Dit vergt echter nog een gedegen voorbereiding.

### Aantal advertenties

Bijna niemand vond de advertenties in De Schakel storend. Van de 120 stemmen over de hoeveelheid, waren er 97 voor een halve tot een hele pagina meer. Meestal was dit vanwege de financiën. Twee inzenders vinden, dat als er nog meer advertenties in De Schakel komen, het aantal pagina's naar twintig moet. Anders blijft er voor de redactie te weinig ruimte over en wordt De Schakel een gortdroog blad.

Daartegenover staat de suggestie om in plaats van zestien pagina's af en toe met twaalf te volstaan. Dat scheelt ook weer in prijs. De lezers hebben in beide richtingen gelijk. Het nu lopende jaar hebben we als redactie serieus gekeken naar de mogelijkheid om bijvoorbeeld in de zomer te volstaan met twaalf pagina's. Dat is niet gelukt, omdat er dan teveel vermeldenswaardige dingen niet geplaatst kunnen worden. Zestien pagina's is wel het minimum gebleken. Naar twintig pagina's groeien kan pas, als er structureel drie pagina's of meer advertenties zijn. Anders halen we de kosten van die extra pagina's er niet uit.

### Hogere bijdrage

Bijna negen op de tien invullers van de enquête vindt dat hun afdeling best wat meer mag betalen voor De Schakel. Dit kan een contributieverhoging inhouden, maar dat is aan elke afdeling zelf. Ook het abonnement zou dan iets duurder worden. Maar KBO Venray vindt dit een te gemakkelijke oplossing. Eerst meer advertenties werven en bezuinigen, vindt deze ouderenvereniging.

### Bezuinigen

De meeste inzenders kozen voor minder duur papier als beste bezuiniging. Dit neemt de redactie als eerste op. Komende weken krijgen we de offertes van de



**IN DIT NUMMER O.A.**

**Nachtspook Venray toch dicht** **Wandelen voor senioren in Merselo**

**Miljoenen voor dorpskernen en wijkcentra** **Waarom geen ouderen in de avondvriendelijke**

**Noord-Limburg werkt aan positieve gezondheid** **KBO Jezu-de-Boulistoernooi**

**Ouderen willen zelf woonhof bouwen** **Ouderen besluiten seizoen met reizen**

**Avondvriendelijke** Wij senioren moeten wandelen en fietsen. In beweging blijven om de verouderende spieren en gewrichten soepel te houden. We wandelen ons wat af. Alleen in groepverband of, als we nog fit zijn, in grote maten als de Nederlandse Vereniging of Wandelingen. Maar er moet tijdens de avondvriendelijke in Venray zelf zijn maar weinig ouderen actief. Hoe komt dit toch? Ja, zei iemand, ouderen zijn er om de zomer te lopen voor de senioren die meedoen. Frustrierend, maar meedoen is belangrijker dan winnen. Toch? De redactie van De Schakel deed navraag. Lees op pagina 7.



drukkers binnen, waarin deze besparing wordt aangegeven. De Schakel wordt al vele jaren gedrukt bij Multicopy, voorheen NLW. Inmiddels zijn er via internet goedkopere drukmogelijkheden. Ook dat gaan we bekijken. Gezien de wens van veel lezers, om het kleurgebruik te laten zoals het is, zal de redactie hier niet aan tornen. Een behoorlijk aantal inzenders vindt het geen probleem als De Schakel minder vaak verschijnt. Hier moeten we later nog maar eens over praten, in combinatie met het digitale verhaal hierboven.

## REDACTIONELE OPMERKINGEN BIJ ENQUÊTE

### Kleur

Sommige lezers pleiten voor een Schakel helemaal in kleur, anderen juist niet. Vanwege de kosten (de hele Schakel drukken in kleur kost pakweg 200 euro per uitgave meer) willen we dit nu zeker niet gaan doen. De meerderheid van de inzenders wil de huidige situatie handhaven. Wie de Schakel in kleur wil zien, kan deze bekijken op de website.

### Kleurvakjes

Lezers klagen wel eens dat teksten in kleurvakjes moeilijk te lezen zijn. Die 'achtergrondkleur' wordt gebruikt om tekst extra te benadrukken of om de pagina wat op te fleuren. De redactie heeft intern afgesproken dat de achtergrondkleur heel licht moet zijn, om de tekst duidelijk te laten zijn.

### Dorpen en wijken

Ongeveer dertig procent van de mensen vindt dat hun dorp, wijk of afdeling te weinig aan bod komt in De Schakel. Hoewel de redactie haar best doet hierop te letten, blijft ze afhankelijk van wat de afdelingen zelf aanleveren. De agenda is een van de middelen om iedere afdeling genoemd te krijgen. Zo ook de rubriek 'Dit houdt me bezig', waarbij we letten op spreiding van dorpen en van onderwerpen.

### Afkortingen

Een lezer klaagt over de vele afkortingen. Vaak weet hij niet waar die voor staan. De redactie doet haar best om zo min mogelijk afkortingen te gebruiken. Waar ze wel worden geschreven, worden deze de eerste keer in het artikel uitgelegd.

### Schrijf ook over

De inzenders hebben een aantal suggesties gedaan over te schrijven artikelen. De een wil de kinderboekenserie op de achterpagina behouden, de ander zit graag iets nieuws op die plek. Gevraagd is om meer verslagjes te plaatsen over activiteiten of feestmiddagen die hebben plaatsgevonden. Of om vaker te berichten over wat er in De Kemphaan te doen is, over bepaalde sporten, aow-problemen, vluchtelingen in Venray, de plaatselijke politiek of zelfs over oud-Venraynaren in binnen- en buitenland. De redactie heeft alle opmerkingen geïnventariseerd en zal kijken wat doenlijk is.

## KOOPKRACHT OUDEREN 'GEREPAREERD'



Zomaar een krantenbericht in de aanloop naar Prinsjesdag: "Het is de VVD en PvdA gelukt om de koopkracht van ouderen voor volgend jaar te repareren. Zowel mensen met alleen AOW als met een aanvullend pensioen houden extra geld over."

Gek dat dit een jaar voor de verkiezingen altijd weer wel lukt, maar erna bijna nooit. Maar meestal zit er altijd wel ergens een aap in de mouw. Om die reden mogen ouderen nu best sceptisch zeggen: "Eerst zien en dan geloven."

Terwijl de werkenden er gemiddeld 1,1 procent op vooruitgaan met hun salaris, zouden de senioren 0,7 procent achteruitboeren met hun inkomen, zo meldde het Centraal Planbureau (CPB) bij het voorjaarsoverleg. Dat konden de regeringspartijen niet accepteren, bang als ze zijn om volgend jaar bij de verkiezingen te worden afgestraft. Dus werd er opnieuw gepraat over de begroting en natuurlijk werd nog ergens een pot met geld gevonden. Daardoor gaan de ouderen er aan 0,7 procent op vooruit

### Wat betekent gerepareerd in dit geval?

Tot 2008 hielden AOW en pensioen ongeveer gelijke tred met de inflatiecorrectie. Toen kwam de klad erin. Elk jaar weer minder inkomen voor de ouderen. Uit recente cijfers van de Unie KBO blijkt, dat één op de vier ouderen niet meer heeft dan AOW en een klein aanvullend pensioen. Negen van de tien ouderen souperen het eigen risico in de zorg helemaal op. Bij een verhoging van dit eigen risico naar 500 euro komt driekwart van de mensen in financiële problemen. De helft van de senioren slaapt er slecht van dat het financieel steeds moeilijker gaat.

Repareren betekent nu echt niet dat die hele achteruitgang in een keer ingelopen is. Het zal er wel op neerkomen dat de gepensioneerden niet verder achteruitgaan met het inkomen, ten opzichte van het huidige jaar. Alsof u bij de fietsenmaker uw rijwiel laat maken en deze zegt "De bel doet het weer, die twee lekke banden komen later wel aan de beurt". De terugweg naar het niveau van 2008 zal nog heel lang zijn. En denk aan de waarschuwing van het kabinet: niet iedereen gaat erop vooruit, er zijn best nog wel mensen bij wie het toch nog slechter wordt.

### VOOR U GELEZEN

"Ook al zijn onze herinneringen krachtig, onze dromen moeten nog sterker zijn. Want als onze herinneringen onze dromen overschaduwden, pas dan zijn we echt oud."

*Bill Clinton in 1999. Gelezen in Plus.*

## ACTIVITEITENAGENDA VAN 30 SEPTEMBER – 31 OKTOBER



(voor de vaste activiteiten van elke week:  
zie de website [www.seniorenvenray.nl](http://www.seniorenvenray.nl))

### **Dinsdag 4 oktober** KOV HOLTHEES-SMAKT:

Themamiddag over veiligheid. Het gaat over veiligheid in het algemeen, zoals in verkeer, in en rondom huis en computerveiligheid (wachtwoorden e.d.) De middag wordt verzorgd door de heer Timmermans. Hij brengt figuranten mee die het met toneelstukjes babbeltrucs, zakkenrollerij en dergelijke aanschouwelijk maken. Deze middag wordt gehouden in het Pelgrimshuis te Smakt en begint om 13.30 uur. Het zal een leerzame middag worden voor iedereen die interesse heeft, dus ook niet leden zijn van harte welkom.

(voor alle ouderen van Holthees en Smakt)

### **Woensdag 5 oktober** AVOS:

AVOS houdt deze dag een korte fietstocht. Het vertrek is om 13.30 uur bij De Kemphaan, voor een tocht van ongeveer 25 km, met halverwege een pauze.

De deelnemers dienen zich vóór 10.00 uur aan te melden bij Wim van Tilburg via tel. 546524. Deelname op eigen risico. (voor alle ouderen)

### **Donderdag 6 oktober** KBO VENRAY:

Het vorig seizoen brachten we een bezoek aan de zusters van het H.Hart in Steyl. Tijdens een rondwandeling, die op zich al de moeite waard is, werd het idee geopperd om Steyl nog eens te bezoeken en een van de musea aan te doen. We hebben dit idee opgepakt en een bezoek gepland aan het Missiemuseum. Wanneer het weer het toelaat en er nog tijd over is, kunnen we ook een bezoek brengen aan de botanische tuin 'Jochumhof'. En, wie niet geïnteresseerd is in het Missiemuseum kan rechtstreeks naar de Jochumhof gaan.

We vertrekken op donderdag 6 oktober om 13.30 uur bij De Kemphaan met eigen auto's (Carpoolen dus).

(voor leden van KBO en AVOS)



### **Vrijdag 14 oktober** RIJBEWIJSKEURING:

Voor een medische keuring ten behoeve van het rijbewijs kunt u op vrijdag 14 oktober terecht in De Kemphaan. Maak vooraf een afspraak via tel. 586706. De kosten bedragen € 30,-. (voor 75-plussers)

### **Dinsdag 18 oktober** AVOS:

Op 18 oktober organiseert AVOS een wandeling in Geijsteren. De wandeling gaat vanuit het dorp naar het kasteel onder begeleiding van Peter Jacobs, Gildelid en bestuurslid van de Heemkunde Vereniging Meerlo-Wanssum. Hij geeft uitleg over de monumentjes op het plein en over de markante

gebouwen waar de wandelaars langs komen op weg naar het kasteel. Dit kasteel dateert uit de 13e eeuw en werd in 1944 door de Engelsen verwoest om te voorkomen dat de Duitsers het als uitkijkpost zouden



gebruiken. De ruïne is recentelijk gerestaureerd om de contouren van het kasteel zichtbaar te maken. De deelnemers verzamelen zich om 14.00 uur op het plein voor de kerk. Voor de mensen die slecht ter been zijn is het ook mogelijk met de auto naar het kasteel te gaan. Na de rondleiding is er gelegenheid om in café Het Trefpunt iets te gebruiken. AVOS-leden ontvangen begin oktober een email met nadere informatie over vervoer naar Geijsteren. (voor leden van de AVOS en de KBO)

### **Woensdag 19 oktober** ROOYNET:

Fotokijkmiddag. Het LGOG en RooyNet proberen met ouderen nog onbekende mensen tijden en plekken op oude foto's te benoemen. De kijkmiddag heeft plaats in Het Schuttersveld tussen 14.30 en 16.00 uur.

(voor iedereen)

### **Donderdag 20 oktober** KBO VENRAY:

Najaarsvergadering voor de eigen leden en lezing door Marissa Voesten. De agenda van deze vergadering vindt u als bijlage bij De Schakel. Na de pauze zal eerst bestuurslid Harrie Francken tekst en uitleg geven over het gebruik van de DIGIpas. Vervolgens houdt Marissa Voesten een lezing over de 'Veiligheid in en om huis bij ouderen in de gemeente Venray'. Zij heeft hierover interviews afgenomen en er studie van gemaakt. Aan de hand van een interactieve PowerPoint presentatie zal zij uitleg geven hoe het er in de gemeente Venray voorstaat. De aanvang van de vergadering is om 14.00 uur in De Kemphaan. De vergaderstukken liggen ruim op tijd klaar in de hal. (alleen voor KBO leden)

### **Maandag 31 oktober** NATUURVRIENDEN

MERSELO:

Een 50+wandeling voor alle mensen van boven de vijftig jaar. De start is om 13.30 uur bij D'n Hoek in Merselo. (voor alle ouderen)

## COMPUTERCURSUSSEN WIL ZICHZELF OPHEFFEN



De Stichting Computercursussen voor Senioren Venray staat op het punt om te stoppen met computercursussen. In een laatste poging om de cursussen voor de Venrayse ouderen in stand te houden, had het bestuur afspraken gemaakt met de (Unie) KBO, maar deze landelijke/provinciale organisatie zocht enige tijd geleden een andere weg. De Venrayse stichting bleef daardoor met lege handen achter.

In De Schakel van februari meldden we al dat alle apparatuur van de stichting was overgedaan aan SeniorService in de Prins Bernhardstraat. Die computers stonden in ouderencentrum De Kemphaan ongebruikt te verouderen en dat was zonde, vond het bestuur. Bovendien moest er huur worden betaald voor een lokaal dat niet gebruikt werd. Op dat moment was het Expertise Instituut voor Zorg Technologie voor de stichting nog doende een nieuwe weg op dit gebied te zoeken. Al rond de eeuwwisseling werden er computerlessen gegeven in De Kemphaan, toen onder de vlag van de Seniorenraad. In 2003 werd er een aparte stichting voor opgericht. Deze werkte voor de ondersteuning nauw samen met het landelijke SeniorWeb. In die tijd hadden veel ouderen nog geen (kennis van) computers. Er moest een enorme inhaalslag worden gemaakt. Inmiddels werken ook veel ouderen met een laptop, iPad, tablet of iPhone. Ze maken selfies, twitteren en skypen er op los. En les konden ze ook krijgen van (klein)kinderen, schooljeugd, particuliere docenten en instellingen zoals SeniorService. De animo voor de traditionele cursussen in De Kemphaan daalde zienderogen. Om die reden besloot het stichtingsbestuur de cursussen even stil te leggen en te zoeken naar een nieuwe, zinvolle invulling. Die is tot op heden niet gevonden.

Wel is het bestuur intensief in contact gebleven met het expertisecentrum voor zorgtechnologie. Naar het zich laat aanzien komen van die zijde benaderingen die de schaalgrootte van de stichting, en wellicht die van Venray, te boven gaan.

Enkele leraren geven nu één keer in de maand tekst en uitleg in de bieb van Venray. Elke eerste zaterdag tussen 11.00 en 14.00 uur.



## CURSUS EXCEL



In het gebouw van SeniorService Venray aan de Prins Bernhardstraat start op vrijdag 11 november 2016 een cursus in het gebruik van het computerprogramma Excel. De bijeenkomsten zijn op vrijdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur en bestaan uit tien tot vijftien sessies, afhankelijk van de behoefte en in overleg met de deelnemers. De groepen worden niet groter dan tien personen. Met persoonlijke aandacht leert u die facetten van Excel die voor u belangrijk zijn. De deelnemers moeten wel al de grondbeginselen van het computeren beheersen. Belangstellenden kunnen zich aanmelden via e-mail [jos.linders@home.nl](mailto:jos.linders@home.nl) of tel. 06 20 01 92 96. SeniorService maakt geen winst, daarom zijn de deelnemerskosten laag. Voor groepen, bedrijven of organisaties kunnen aangepaste afspraken worden gemaakt.

## HONDERDJARIGENBOS GROEIT TE LANGZAAM



Op voorspraak van burgemeester Hans Gilissen heeft de gemeenteraad in 2011 besloten tot het inrichten van een honderdjarigenbos. Een bos, waarin elke Venrayse burger die 100 jaar wordt, wordt geëerd met een boom. Truda Voermans-van Mil werd op 4 juli 100 jaar. Deze boerin (geboren in Oploo) woonde tot vorig jaar in Leunen, waar ze met haar man een gemengd boerenbedrijf runde. Truda was altijd in de weer, gezien haar vaste uitspraak: "Als ik niks gedaan heb, heb ik ook geen koffie en peperkoek verdiend". Sinds vorig jaar woont zij in Vincentiushof in Venray. Ter gelegenheid van haar honderdste verjaardag heeft de burgemeester een esdoorn geplant in het Honderdjarigenbos, in het stuifzandgebied aan de Parkweg, waar vroeger het openluchtzwembad was. Bij de boom wordt een bordje geplaatst met daarop de naam en geboortedatum van mevrouw Voermans. Zoals het er nu naar uitziet, zal zelfs burgemeester Gilissen niet meemaken dat het uitdijt tot een echt bos. Het is, ter stimulering van de groei, aan te raden om, met terugwerkende kracht, alle honderdjarigen van de vorige eeuw alsnog met een boom te gedenken.

*Jaques Penris*



## OPGEVEN MANTELZORGBRUNCH

Rotaryclub Venray organiseert ook dit jaar samen met het Steunpunt Mantelzorg van de gemeente Venray een brunch voor de Venrayse mantelzorgers. Deze heeft plaats op zaterdag 12 november van 12.00 tot 14.00 uur bij partycentrum ANNO '54 aan de Raadhuisstraat. Mensen die gebruik willen maken van de brunch dienen zich op te geven voor 5 november bij het Steunpunt Mantelzorg, bij voorkeur via e-mail [mantelzorg@venray.nl](mailto:mantelzorg@venray.nl) of via het WMO-loket, tel. 523333.

# Bewegen? Ja! Juist als u ouder wordt

Door te bewegen verkleint u de kans op vallen, kunt u de gevolgen van een val beperken, worden uw botten minder snel broos, blijft u langer zelfstandig. Slechts een greep uit de vele gezondheidsvoordelen. Voor verantwoord bewegen, zijn wij al jaren het vertrouwde adres. Juist voor ouderen met of zonder aandoeningen of beperkingen.

**Individueel of in een groep. Altijd maatwerk. Altijd onder begeleiding van een fysiotherapeut.**

## 4x gratis meedoen met Beweegpas!\*

\*Beweegpas is ook bij ons verkrijgbaar!



Aanmelden? ☎ 0478 - 550156

Fysiotherapie Buitenlust  
Buitenlust 15, Venray  
E [info@fysiotherapievenray.nl](mailto:info@fysiotherapievenray.nl)  
W [www.fysiotherapievenray.nl](http://www.fysiotherapievenray.nl)

**BUITENLUST**



FYSIOTHERAPIE  
ACUPUNCTUUR  
FYSIOSPORT



## Natuurbegraafplaats Weverslo

*Waarom Weverslo een goede keus is!*



- Sfeervolle natuurbegraafplaats op een beschermd landgoed
- Eeuwige grafrust in mooie natuur op een eigen plek naar keuze
- Nu vastleggen betekent later geen zorgen en kosten
- De natuur verzorgt het graf, wij beheren de natuur
- Altijd vrije wandeling en tijd voor een persoonlijk gesprek op afspraak.

Bezoekadres: Janslust 11 Heide, In de Peel tussen Deurne en Venray  
T 0478 515721 M [natuur@weverslo.nl](mailto:natuur@weverslo.nl) W [www.weverslo.nl](http://www.weverslo.nl)

## NATIONAAL ZORGFONDS



Het maandblad Plus, dat zich richt op de ouder wordende Nederlanders, heeft 3600 lezers gevraagd naar hun mening over de ziektekostenverzekeringen. Liefst 95 procent van deze ondervraagden hadden maar één hartenkreet: we moeten terug naar het ziekenfonds. Een van de lezers van De Schakel attendeerde de redactie op een initiatief, dat hier opan wil sturen: het Nationaal ZorgFonds. De actie komt voort uit de koker van de politieke partij SP, gesteund door onder meer de partij 50Plus, Omroep MAX, FNV Zorg en Welzijn en KBO Brabant. Enkele honderden personen hebben tot nu toe de petitie getekend. Goede en toegankelijke zorg voor iedereen is onmisbaar in een beschaafde samenleving. De gezondheid van de bevolking hoort centraal te staan, niet 'de marktwerking'. Afgelopen twintig jaar verschoof de zeggenschap over de zorg van het publiek en de zorgverleners naar de commerciële verzekeraars. Zij bepalen meer en meer wie wanneer welke zorg krijgt, en waar. Het idee was dat concurrentie tussen verzekeraars de zorg goedkoper zou maken. De werkelijkheid is anders: de bureaucratie en de verspilling zijn gegroeid. Alleen de mensen die goed kunnen betalen voor de zorg, kunnen kiezen. De rest krijgt juist steeds minder keuzevrijheid.

### Vechtmarkt

De zorg is een ware vechtmarkt geworden. De commerciële verzekeraars besteden jaarlijks 500 miljoen euro zorggeld aan reclame. Er zijn sindsdien honderden miljoenen euro's uitgegeven aan het overstapcircus. Alle zorgverzekeraars samen hebben een reserve van meer dan 10 miljard. De zorgkosten worden steeds minder samen opgebracht. Wie de pech heeft om ziek te worden, betaalt 385 euro (eigen risico) méér dan gezonde mensen. Dat is oneerlijk, vinden de actievoerders. Het leidt er toe dat steeds meer mensen (nu al twintig procent) afzien van noodzakelijke zorg, omdat ze deze niet kunnen betalen. Artsen luiden de noodklok, maar het eigen risico blijft stijgen.

### Eigen risico

Met de beslissing om de zorg in handen te leggen van investeerders en beleggers is een verkeerde weg ingeslagen. Het is tijd om een nieuwe richting te kiezen. Er moet één fonds komen ten dienste van de bevolking en zorgverleners, zonder commerciële belangen. Premiegeld moet gaan naar zorg en niet naar marketing, winstuitkeringen en de bureaucratie van -tig verzekeraars. Het eigen risico moet verdwijnen. Het weerhoudt mensen om tijdig zorg te vragen. Daardoor verergeren problemen, met als resultaat dat behandeling uiteindelijk juist meer kost. Inmiddels heeft ook de partij Groen Links het afschaffen van dit eigen risico speerpunt gemaakt van de verkiezingsstrijd. Dit is het verhaal van de initiatiefnemers. De redactie laat het aan de lezers om te oordelen. Wie wil kan de campagne steunen door te mailen naar [info@nationaalzorgfonds.nl](mailto:info@nationaalzorgfonds.nl)

## TIPS VAN WONEN LIMBURG



Slechts een twintigtal senioren vervoegden zich op 14 september in De Kemphaan, voor een voorlichtingsmiddag mét inschrijfmogelijkheid van Wonen Limburg. Deze middag was een gevolg van een bespreking tussen de woningstichting en het bestuur van de Centrale van Ouderenverenigingen over het “enkel kunnen inschrijven op een woning per computer”. Aan dit laatste punt wordt niet meer getornd door de negen Limburgse wooncorporaties. Mensen zonder computer zijn aangewezen op anderen. Er zijn er ook voordelen. Iedereen heeft gelijke kansen op een huis, de mensen kunnen beter worden geïnformeerd en kunnen aan de hand van de eigen woonwensen sneller zien welk huis voor hen geschikt is. Aan het einde van de sessie konden de aanwezigen zich ter plekke inschrijven als woningzoekende! “Voor als de tijd gekomen lijkt om iets aangepaster te gaan wonen.” Onderstaand een aantal tips die Wonen Limburg aan de mensen meegaf.

### Nieuw aanbod

\*\* Ouderen die geen computer of internetverbinding hebben, kunnen het beste hulp inroepen van familie, vrienden of kennissen om de website van de woningstichting in Limburg in de gaten te houden. Om te voorkomen dat dezen elke avond het haasje zijn om voor u de website in de gaten te houden, kunnen ze aan Wonen Limburg vragen om hen een ‘tipbericht te sturen’, als er iets interessants op de website staat.

\*\* Het is verstandig u nu al in te schrijven, ook al denkt u nog lang niet aan verhuizen. De inschrijfduur is bepalend bij de toewijzing. U hoeft niet op elk aanbod te reageren, als u er nog niet aan toe bent. Wie niet reageert wordt echt niet uitgeschreven. Wel moet u elk jaar uw inschrijving verlengen. Wonen Limburg stuurt u twee maanden tevoren een bericht dat dit moet gebeuren. Mocht u het desondanks vergeten en krijgt u een uitschrijvingsbrief, dan hebt u nog enkele weken de tijd om dit ongedaan te maken.

\*\* Wonen Limburg zet elke werkdag rond 19.00 uur het nieuwe aanbod van huurwoningen op de website [www.thuisinlimburg.nl](http://www.thuisinlimburg.nl) Als woningzoekende kunt u hierop meteen reageren als u dat wenst. U hebt hier drie dagen voor en voor een woning met ‘seniorenlabel’ vijf dagen.

### Seniorenlabel

\*\* De eerste tien mensen die zich melden, krijgen de kans de betreffende woning te bezichtigen. Daarbij wordt ook gekeken naar het aantal jaren aan inschrijftijd die u hebt opgebouwd. Mensen met een langere inschrijftijd hebben een voorsprong op mensen die niet of nog maar pas zijn ingeschreven.

\*\* In een aantal gevallen gaan ook niet-ingeschreven mensen voor. Dit heeft te maken met urgentiegevallen (daar valt echtscheiding niet meer onder), afspraken met zorginstellingen (in verband met bijvoorbeeld plaatsing van patiënten) en met gemeenten en rijk, vanwege statushouders.

\*\* Aanvaardt u de woning, dan wordt u meteen als woningzoekende uitgeschreven. U kunt, als u dat wenst, weer meteen inschrijven, maar begint dan weer van voor af aan met het opbouwen van inschrijftijd.

\*\* Seniorenwoningen zijn ‘gelabeld’. Dit staat er in de advertentie bij. Hier hebben mensen van 55 jaar of ouder voorrang. Is er onvoldoende belangstelling, dan komen jongeren in aanmerking, aflopend van oud naar jong.

\*\* Desgewenst kunt u hulp vragen op het kantoor van Wonen Limburg op het Gouden Leeuwplein 2. Het kantoor is elke werkdag van 10.00 tot 13.00 uur geopend, bovendien op maandag tussen 16.30 en 17.00 uur. U kunt voor een andere tijd ook een afspraak maken, via tel. 0800 1881.

## verse rozen uit eigen kwekerij

Bloemenkwekerij  
*Reintjes*

Lorbaan 3 Veulen  
Tel. 0478-581197

[www.bloemenkwekerijreintjes.nl](http://www.bloemenkwekerijreintjes.nl)

Bezoek ook de webwinkel voor bezorging van onze rozen door heel Nederland

ook voor al uw rouwbloemwerk



### LICHTPROCESSIE

Ook dit jaar zal in de Mariamaand (rozenkransmaand) een lichtprocessie worden gehouden naar de Lourdesgrot in Venray. Deze heeft op zaterdag

8 oktober plaats na de H. Mis van 19.15 uur. De deelnemers kunnen achterin de kerk een kaars aansteken en de paar honderd meter naar de Lourdesgrot meelopen. De schutterij, die zeer betrokken is bij de kerk, gaat voorop. Bij aankomst bij de Lourdesgrot zal deken Smeets voorgaan in het Maria-lof en de gelovigen zingen bekende Maria-liederen. Voor meer informatie kunt u bellen met Herman Elbers. tel. 587199.



Samen met de gemeente Venray, de veiligheidsregio Noord- en Midden-Limburg en het GehandicaptenPlatform Venray, organiseert de Centrale van Ouderenverenigingen een themamiddag ‘Veiligheid in en om het huis’. Deze middag wordt op maandag 12 oktober gehouden in ouderencentrum De Kemphaan. Vanaf 13.30 wordt u ontvangen met een kopje koffie of thee. Het programma begint om 14.00 uur.

Onze woning, ons huis is de plaats, waar vrijwel ieder van ons de meeste tijd doorbrengt. Bij het toenemen van leeftijd en mogelijk het aantal beperkingen, zal die tijd alleen maar méér worden. Daarom is het goed stil te staan bij de veiligheid die een woning ons wel of niet biedt.

Veiligheid kent vele vormen. En iedere woning is anders. Door de bouw en door de persoonlijke inrichting. Daarom zullen op de themamiddag een paar algemene aandachtspunten besproken worden. Gekozen is voor de thema’s brandveiligheid en valpreventie. Daarnaast zal aandacht besteed worden aan ‘babbeltrucs’, een vorm van criminaliteit waar helaas een groeiend aantal mensen, met name ouderen, mee te maken krijgt.

Het thema babbeltrucs wordt door middel van een interactieve voordracht aan de orde gesteld. Daarna zullen, na een korte pauze de beide andere onderwerpen in een spelvorm behandeld worden. Dat gebeurt, onder begeleiding, in kleine groepen. Aan het eind van de bijeenkomst is er gelegenheid voor het stellen van vragen en uitwisselen van ervaringen.

Iedere inwoner van de gemeente Venray is van harte welkom. In verband met de inrichting van de zaal willen we echter weten hoeveel mensen er ongeveer komen. Graag hoort de organisatie via telefoonnummer 0613884250 of zij op uw aanwezigheid mag rekenen.

### CIJFERS OUDERENFONDS OVER VEILIGHEID



Vijftien procent van de ouderen voelt zich wel eens onveilig in zijn of haar buurt. Ruim zestien procent doet 's avonds de deur niet meer open. Voor de overige leeftijdscategorieën ligt dit percentage rond de zeven procent.

Uit de Veiligheidsmonitor van het Rijk blijkt dat ouderen vaker dan jongeren bij afwezigheid 's avonds het licht laten branden. Bij het treffen van preventieve voorzieningen in en om de woning, scoren 65-plussers eveneens hoger dan jongeren. Ook laten ze vaker dan jongeren waardevolle spullen thuis als ze op stap gaan. Ouderen, vooral 75-plussers, zijn kwetsbaar als het gaat om inbraak, zakkenrollerij of beroving.

Regelmatig waarschuwt de politie voor babbeltrucs. Iemand kletst zich naar binnen in uw huis en voordat u het weet bent u uw portemonnee of sieraden kwijt. Maar hoe vaak komt dit nu echt voor? Uit onderzoek blijkt dat 22 procent van de ondervraagden ooit is opgelicht door een babbeltruc. Maar bij de meeste



Er komt zomaar iemand met een cadeau aan de deur. Trapt u daar in?

ouderen (73 procent) was de oplichtingspoging niet succesvol. Het overgrote deel van de slachtoffers van babbeltrucs zijn 80-plussers. Omdat de trend is dat ouderen langer zelfstandig blijven wonen, verwacht de

overheid dat het aantal slachtoffers van babbeltrucs zal stijgen.

*Bron gegevens: Nationaal Ouderenfonds*

### TELEFOON EN MAIL

Ook op het internet voelen ouderen zich niet veilig. Van de ondervraagde ouderen vreest 59 procent misbruik van het e-mailadres. Wat kan er mis gaan met mail of telefoon?

Voorbeeld 1: Iemand belt namens Microsoft en zegt dat uw computer niet in orde is. Hij biedt aan om op afstand de besturing van uw computer over te nemen en het probleem op te lossen. Daarvoor moet u dan een kleine vergoeding betalen, via internetbankieren. Degene aan de telefoon probeert zo aan uw geld of gegevens te komen. Microsoft zal u nooit op deze manier benaderen. Verbreek dus meteen de verbinding.

Voorbeeld 2: Oplichters nemen telefonisch contact met u op of sturen u een e-mail, bijvoorbeeld over een nieuwe bankpas. Zo proberen zij toegang tot uw persoonlijke gegevens te krijgen. Ga niet op de e-mail of het telefoongesprek in. Klik vooral niet op de link(s), verwijder de e-mail of beëindig het gesprek. Bel bij twijfel altijd uw bank.

Voorbeeld 3: Een scholiere belt aan en vraagt of ze even haar ouders mag bellen: haar fiets is kapot. Het gesprek (in een Arabische taal) duurt erg lang, want “mijn vader begreep me niet”. Later bleek dat ze met een vriend in Engeland had gebeld. Wat u moet doen is het nummer vragen en dit zelf invoeren. Dan ziet u meteen of het klopt of niet.

## NIEUW ZIEKENHUIS VENRAY



VieCuri wil in Venray een nieuw ziekenhuis bouwen aan de Merseloseweg. Het wordt een stuk kleiner dan het huidige, verouderde ziekenhuis. Indien mogelijk komt er wel weer een Eerste Hulp komt. Bij het ziekenhuis zal ook een zorghotel met veertig kamers komen, te bouwen door De Zorggroep. Het huidige ziekenhuis is bijna 50 jaar oud. Het werd in 1970 in gebruik genomen. Nieuwe inzichten en veranderd beleid hebben ertoe geleid, dat bijna de helft van het enorme gebouw leegstaat. In het nieuwe ziekenhuis komen nog maar 25 bedden, tegen 88 in het oude. Wie langer verpleegd moet worden of er moet verblijven voor revalidatie, komt in het zorghotel terecht. Die revalidatie wordt dan samen opgezet met de revalidatiekliniek in Hoensbroek.

Voor veel Noordlimburgse zieken is dit een hele uitkomst. De bouw moet over twee jaar beginnen en in 2019 klaar zijn.



## ONTSPANNINGSMIDDAG YSSELSTEYN



Dinsdag 23 augustus was in Ysselsteyn weer de traditionele ontspanningsmiddag voor de oudere, zieke en eenzame mensen die een leuke middag wel kunnen gebruiken. Deze middag wordt elk jaar georganiseerd door de vrijwilligsters van de Samen-doendag. Er was een echte buutreedner (hij werd zelfs door zijn moeder niet herkend) en gezellige accordeonmuziek. De vele mensen die, ondanks het warme weer, naar gemeenschaphuis De Smelehof waren gekomen, hebben dan ook volop genoten van de act, de muziek en het hapje achteraf.



### Vrijwillige ouderenadviseurs

Afdeling	Naam	E-mailadres	Tel. nummer
Blitterswijk	Wies Hamstra	wieshamstra@gmail.com	06-21702753
Geijsteren	Truus Kempen	truus64kempen@gmail.com	06-405543972
Leunen	Jeu Steeghs	jeusteeghs@home.nl	583454 of 06-5396963
Merselo	Jeanne Hendrix	jeanne.hendrix@home.nl	546365
Oirlo	Marlis Bosch	hansmarlies@home.nl	571683
Oostrum	Tini Kreutz	tinikreutz@hotmail.com	588355
Oostrum	Joost Linskens	j.linskens@home.nl	583805
Venray	Nettie Baartman	baartmannettie@hotmail.com	750615
Venray	Corry Kanters	kanthen@ziggo.nl	584520
Venray	Francien Gielen	Francien.Gielen@ziggo.nl	06-20997687
Venray	Lidy Goedee	goedhuis@msn.com	586188
Venray	Corry Kanters	kanthen@ziggo.nl	584520
Wanssum	Jan van Cuijck	jvancuijck@ziggo.nl	546252 of 06-17546175
Wanssum	Hans van Dartel	jose-hans@home.nl	06-36310752
Wanssum	Tonnie Kwakkernaat	Info@synthese.nl	517300
Wanssum	Thérèse Persoon	t.persoon@!home.nl	533099



- Dasja Giantsios - Netwerkcoaching / steunpunt mantelzorg / ouderenadvisering
- Moniek Josephs - Steunpunt mantelzorg
- Annie Korstjaans - Netwerkcoaching

#### Contact Synthese:

Leunseweg 51, 5802 CG Venray  
tel: 517300  
mail: [info@synthese.nl](mailto:info@synthese.nl)  
site: [www.synthese.nl](http://www.synthese.nl)

#### Contact Steunpunt Mantelzorg:

Zorgloket gemeente:  
dinsdag en donderdag  
9.00 -12.00 uur  
telefoon: 523333  
mail: [mantelzorg@venray.nl](mailto:mantelzorg@venray.nl)



### DE NIEUWE HARDY'S



Veel mannen van tussen de 50 en 70 jaar hebben gehoord van, of zich als kind 'vastgelezen' in de boeken, van Franklin W. Dixon over De (Nieuwe) Hardy's. Wat waren die spannend en wel vier keer per jaar verscheen er een nieuw deel. Franklin W. Dixon was een pseudoniem voor Edward L. Stratemeyer (1862-1930). Dixon paste een truc toe die tot op dat moment niet bekend was. Hij richtte een 'syndicate' op, waarin diverse schrijvers voor hem schreven en beloofden hierover niets bekend te maken. Zo heeft een zekere Leslie McFarlane de eerste elf boeken geschreven. In Nederland verscheen het eerste exemplaar (De schat in de toren) in 1958. Tot 1987 kwamen er zestig boeken uit. Op mijn zolder kwam ik nog vier vergeelde exemplaren tegen van de boeken. Ze zijn tijdloos spannend geschreven. Hoofdpersoon Fenton Hardy had een goede reputatie bij de politie in New York,

maar ging als detective zelfstandig verder in Bayport. Zijn zoons, door hem geïnspireerd, werden heel vaardig in het oplossen van mysteries. Frank was de rationele, Joe de gepassioneerde. Dat vulde elkaar mooi aan. In het begin van de boeken zijn ze ongeveer 16 jaar oud. De schrijver(s) wist en in een paar beginregels een enorme spanning op te bouwen die je niet meer losliet. Nu ik dit zo opschrijf, vind ik zelfs jammer dat ik niet even weer die jonge jongen ben die de eerste pagina openslaat van zijn 'Nieuwe Hardy'.

*Wiland Doreleijers*

### TOM SAWYER

In de jaren zestig gaf uitgever Van Goor en Zonen de serie Goud Oud uit, een serie jeugdboeken die destijds als 'klassiekers' werden gezien. Een van die boeken was Tom Sawyer, geschreven door de Amerikaan Mark Twain (pseudoniem van Samuel Clemens). Hoewel de jeugd van vandaag zich geen wereld kan voorstellen zonder computers, modern speelgoed, telefoons, treinen of zelfs maar lucifers, is het nog best een aardig boek om te lezen. Het handelt om drie jongens Tom Sawyer, Joe Harper en Huckleberry Finn, die plannen smeden om zeerover te worden. Dat doen ze op een eilandje in de nabije rivier. Het hele dorp begint een zoektocht naar de verdwenen jongens, die pas terugkomen bij de voor hen bestemde rouwdienst. Daarna zien ze een moord gebeuren en Tom wijst de dader aan. De moordenaar houdt zich schuil in een grot, die hermetisch wordt afgesloten als Tom er met zijn meisje Becky is verdwaald. Dat wordt zijn dood. Tom en Huckleberry ontdekken later zijn buit. Halverwege lijkt het boek niet meer dan een flauw verhaaltje, maar de spanning rond de moord en de moordenaar maakt het weer goed. Het kan ook komen door de versimpeling van het verhaal door P. de Zeeuw voor deze jeugdserie.



### VERSLAG JUBILEUMFIETSTOCHT



Op 8 september vertrokken 21 enthousiaste KBO fietsers bij prachtig weer vanaf De Kemphaan naar het officiële vertrekpunt de van Jozef-Maria fietstocht van Smakt naar Kevelaer. Na een kop koffie, aangeboden door het bestuur, werd de fietsbedevaart in gang gezet. De bezemwagen, bestuurd door Chris, gaf een veilig gevoel. Via een schitterende tocht door het Noord-Limburgse en het fietspontje bij Tante Jet aan de Maas leidde de pelgrimsreis eerst naar het lunchadres: Jachthut op den Hamer. Helaas was de bestelde pannenkoek niet voor iedereen weggelegd, maar het soepje verschaftte genoeg energie voor de volgende etappe. Rond half drie arriveerde de groep bij Maria in Kevelaer en was er tijd voor een kaarsje, de nodige rust, een ijsje en een groepsfoto. (bijlage) Om 15.30 uur werd de terugreis aanvaard. Wind en zon vochten hierbij om het hardst wie de meeste

weerstand kon bieden. Toch zat tegen vijf uur iedereen voldaan op het terras van Tante Jet. Tijdens de laatste etappe richting Kemphaan of naar huis was het nog even afzien vanwege de straffe tegenwind. Maar na zeventig kilometer arriveerden de laatste deelnemers rond 18.30 uur in Venray. De jubileumfietstocht van KBO Venray mag geslaagd worden genoemd.



*Ger Keizers*