

DE SCHAKEL

INFORMATIEBLAD VOOR OUDEREN
IN DE GEMEENTE VENRAY

Jaargang - 9 -

Nummer - 7 / 8 -

Juli / Aug. 1994

VAKANTIE

Meer nog dan in andere maanden is vakantie houden onderwerp van gesprek. Voor de meeste onder ons is vakantie hebben iets wat we alleen maar in onze jeugd jaren kende.

En voor hen die in de landbouw en veeteelt werkten was vakantie houden pas héél laat in de levensloop mogelijk.

Nu we kunnen spreken over meer 'vrije' tijd de reclame ons heel wat mogelijkheden voor spiegelt op het gebied van vakantiebesteding leek het de redactie een goede zaak om ook in De Schakel te schrijven over vakantie hebben en vakantie vieren.

De nu volgende informatie is maar een greep uit de vele mogelijkheden die voor ouderen zijn weggelegd.

Daarbij richten we de aandacht niet alleen naar het maken van verre en minder verre reizen, maar ook op de mogelijkheden wat dichter bij huis.



Keuze maken

Vakantie houden kan op veel verschillende manieren.

Je terugtrekken, de stilte ervaren, iets anders doen dan anders om straks weer met frisse moed verder te kunnen gaan.

Vakantie houden kan ook zijn; verlangen naar iets totaal anders, nieuwsgierig zijn naar wat er achter die horizon ligt. Dan denken wij aan reizen per vliegtuig, trein, bus, fiets te voet, maar ook in gedachten ver weg wezen met een boek, de tijd vergeten en meegesleept worden in een film, te genieten van muziek.

Geregeld vragen mensen: "noem eens een boek, dat de moeite waard is"; een vraag waar je zeker als iemand niet kent, nauwelijks

een antwoord op kunt geven. Toch maar enkele suggesties:

Betty Mahmoody:

In een sluis gevangen.
Uit liefde voor mijn kind.

Jean Auel:

Stam van de hollenbeer.
De vallei van de paarden.

Virginia Andrews:

Bloemen op zolder.

Isabel Allende:

Eva Luna.

Wim Hornman:

Het geslacht van Galen.



Dit is maar een kleine greep uit de boeken die U uit de Openbare Bibliotheek kunt lenen.

Extra aandacht

Omdat de reisorganisaties zichzelf al overal laten horen en zien willen we graag de aandacht vestigen op het programma dat de conferentieoorden Kapellerhut te Heeze (NB) en Ons Erf te Berg en Dal presenteren voor de zomerweken (en nog later) in 1994.

In de zogenaamde week-end arrangementen vinden bij 'Ons Erf' van 9 tot en met 11 september wandeltochten onder leiding van een ervaren gids. Met in de avonden andere voor ouderen aantrekkelijke activiteiten. Kosten fl. 350,=

Voor ouderen die graag de natuur vastleggen op beeld en geluid is er een weekend waarop men onder deskundige begeleiding een serie of reportage kan maken.

Van 28 tot en met 30 oktober kosten fl. 350,=

In de categorie 'Diverse arrangementen' vinden we: 'Week zonder naam'. Tochtjes in de omgeving, dans en muziek, schilder en tekenactiviteiten. 9 - 15 juli of 14 - 20 augustus in 'Ons Erf' Kosten fl. 750,=

Vanuit 'De Kapellerput' biedt men 3, 4, 5 of 6-daagse tochten onder de titel 'Fietsen in de Kempen en de Peel'. Men is vrij te beginnen en te eindigen op de dag van keuze van 16 juli tot 5 augustus. Kosten; 3 dgn. fl. 245,= ,4 dgn. fl. 345, 5 dgn. fl. 435,= en voor 6 dgn. fl. 515,= Voor meer informatie bellen naar: De Kapellerput te Heeze tel. 04907 61439 of: Ons Erf te Berg en Dal tel.08895 41744



Speciaal voor ouderen

Een andere organisatie die zich met haar hele assortiment reizen richt op ouderen is de Stichting Senior Vakantie Plan.

Deze stichting heeft ook speciale reizen voor 'slechte lopers'. Voor mensen die krukken en dergelijke gebruiken. Maar ook rolstoelers. Mits men een reisgenoot heeft die de rolstoel duwt.

Met deze reizen gaat extra een reisleid(st)er en een verpleegkundige mee.

De stichting organiseert dit jaar drie reizen in drie verschillende plaatsen.

De stichting biedt ook Themareizen.

Daarbij moet men denken aan;

Bridge-reizen, teken en schilderreizen, muziek, tuinen en natuur en kijk op kunst.

Deze reizen zijn allen in Nederland.

Natuurlijk is er ook een aanbod van buitenlandse reizen, zoals onder andere naar Duitsland, Luxemburg, Engeland en Frankrijk.

De prijzen liggen zo gemiddeld rond de fl. 150,= per dag.

Voor meer informatie bellen naar Senior Vakantie Plan te Bussum.

Tel. 02159 33017.

Elk reisbureau zal U ook kunnen voorzien van een brochure.

Ik kan overal heen en daarom blijf ik thuis. (C.M.Moerdijk)

REISWIJZER '94-'95

Een brochure met tips voor mensen die zowel individueel op reis gaan. Maar ook voor hen die de voorkeur geven aan begeleide- of groepsreizen.

Er staan tips in over de voorbereiding, verzekeringen, hulpverlening tijdens de vakantie, praktische informatie over landen in Europa.

In de brochure ook adressen van organisaties die vakanties organiseren voor mensen met een lichamelijke en/of verstandelijke handicap. Gratis bij de ANWB (in Venray gevestigd in het VVV-kantoor op de Grote Markt) voor

leden van de ANWB. Voor niet-leden fl. 3,50. Ook te bestellen bij Informatievoorziening Gehandicapten Nederland. Tel. 030 316416.

VAKANTIEFANTASIE

Opeens werd ik wakker.

Klaar wakker!

Hoe, waarom, of wat, dat wist ik niet:

Voorzichtig keek ik door mijn ooghaartjes de kamer rond of ik de oorzaak ontdekken kon.

Niks bijzonders, of toch?

'n Streep zonlicht door een kier van het gordijn?

En wijd gingen m'n ogen open.

Na dagen van miezerig weer, regen, harde wind en kille kou, scheen de zon.

Hoera! Goed voor botten en humeur.

Je eigen buurtjes, je eigen lieve kinderen en kleinkinderen, dat is voor mij de zon, dat is voor mij vakantie.

En met die gedachte nestelde ik me nog eens lekker onder de dekens. Vandaag zondag!

Niks hoeven of moeten. Geen boodschappen doen, geen therapie, geen vaste ontbijttijd. Lekker lummelen noem ik dat altijd, en voldaan sloot ik weer mijn ogen.

Om dan opeens weer naar de streep zon te kijken. Had die me gewekt?

Toen kwam er als vanzelf een gedichtje bij me op. En moest ik vlug m'n bed uit om papier en potlood te halen om het gedicht op te schrijven, voor ik het weer vergeten was.

Door een kier van het gordijn komt vanmorgen wat zonneschijn, trekt een gouden streep op het lakenwit.

En als ik mijn ogen open zie ik stofdeeltjes lopen in die gouden streep van het raam tot het laken.

En ze buitelen en vallen zonder elkaar te raken.

Als ik mijn hand dan strek naar die gouden vlek, onderbreek ik die stroom en met een lichte schroom neem ik vlug

m'n hand terug.

En ze dansen weer verder héél opgetogen.

En met een glimlach sluit ik weer m'n ogen.



ELDEE (Naam van inzender is bij de redactie bekend)

PICKNICK

Picknick voor ouderen.

In de tuinen van Beukenrode wordt dit jaar weer de jaarlijkse picknickdag gehouden. De middag zal met tal van optredens in het teken staan van LIMBURG.

Terwijl U geniet van een hapje en een drankje zullen verschillende groepen U laten zien en horen wat er zoal te doen is in het Limburgse. U wordt van harte uitgenodigd op **woensdag 13 juli**, vanaf 14.00 uur deel te nemen aan deze picknick.

Natuurlijk zal ook weer de jaarlijkse loterij gehouden worden. Op Uw entreebewijs zult U hiervoor een lot aantreffen.

De Picknickcommissie, bestaande uit vertegenwoordigers van de KBO, Verpleeghuis Beukenrode, Verzorgingshuis Schuttersveld en Stichting RISC - afdeling Ouderenwerk -, hoopt dat U in grote getale aanwezig zult zijn op deze **LIMBURGSE MIDDAG**.

Kaartverkoop

Kaarten voor de picknick zijn verkrijgbaar bij de contactpersonen van:

- De plaatselijke Ouderenverenigingen.
- Het Verzorgingshuis Het Schuttersveld, Bergweg 2 te Venray.
- Het Verpleeghuis Beukenrode, Beukenlaan 1 te Venray.
- Het Aktiviteitscentrum voor Ouderen De Kemphaan, Kennedyplein 1 te Venray.

De kaarten zijn inclusief één consumptie en één lot voor de loterij.



Plaats, datum en tijd

Plaats: Tuinen van Beukenrode

Datum: 13 juli 1994

Tijd: 14.00 uur

Inlichtingen

Stichting RISC -afd. Ouderenwerk Venray-
Aktiviteitscentrum voor Ouderen
De Kemphaan, Kennedyplein 1,
5801 VH Venray. Tel. 86706 of 89066
(Tussen 9.00 en 10.00 uur)

WAT DOE IK ?

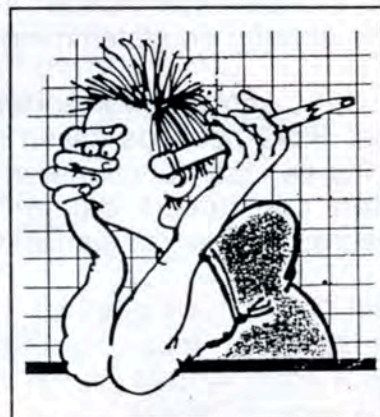
'Wat doe ik? Ga ik naar de huisarts? Voor Senioren'

Een praktisch boekje voor Senioren, dat een goed leesbare voorlichting geeft over wat men zelf aan bepaalde klachten over de gezondheid kan doen.

Een goede hulp bij de vraag of men al of niet naar de huisarts gaat.

Zelfzorg, medicijnen, waarschuwingstekens, vragen die men zou moeten of kunnen stellen aan de huisarts en een levensreddende EHBO.

Een boekje waarin de meest belangrijke kwalen alfabetisch staan beschreven.



Een waardevolle uitgave waaraan, ondersteund door het ministerie van WVC en de Ouderenorganisaties, vele instanties en deskundigen aan hebben meegewerkt.

De prijs per stuk is fl. 8,=

Te bestellen door het overmaken van fl. 8,= op giro **1503479 t.n.v KP.BV te Gouda** o.v.v. 'Seniorenboekje'.

U ontvangt Uw bestelling binnen vier weken. U kunt het boekje ook gaan inzien tijdens de inloopmiddagen van de ANBO op iedere eerste en derde maandag van de maand, van 14.00 tot 16.00 uur in het lokaal van SENIORSERVICE, Marktstraat 8 te Venray.

VARIA

* Ouderenorganisaties delen zorg.

De commissie Welschen bracht een nota uit over de Modernisering Ouderenzorg (MOZ). Een advies dat helderheid geeft in de discussie over de 'woonzorg'.

Belangrijkste punten;

* Behoud van het recht op individuele huursubsidie voor zelfstandig wonende ouderen die ook nog zorg behoeven.

* Méér geld nodig zijn voor een verantwoorde ouderen zorg.

* Het beleid op wonen, zorg en welzijn dient meer op elkaar dient te worden afgestemd.

* Ouderenorganisaties krijgen een kans mee te werken aan de besturen van de zorgregio's.



* Rol van de gemeente in het lokaal ouderenbeleid.

Het Sociaal Cultureel Planbureau vindt dat de overheid de onafhankelijke regionale of boven-lokale raden voor het ouderenbeleid en een verdergaande 'functionele decentralisatie' zou moeten steunen. De aanbieders van zorgvoorzieningen zoals bijvoorbeeld maaltijdvoorziening en alarmering zouden meer zelf verantwoordelijk moeten kunnen zijn voor de samenhang en afstemming.

* Het Centraal InformatiePunt (CIP)

Het RISC heeft de zaken rondom het CIP na bijna een jaar functioneren op een rij gezet. Men constateert dat er nu nog te weinig gebruik van wordt gemaakt.

Het CIP is gevestigd op 7 plaatsen in Noord Limburg. In totaal kwamen over de periode 15/1 tot 1/4-1994 bij die 7 Informatie Punten 214 vragen binnen.

In Venray werden in die periode 51 vragen gesteld.

De meeste vragen werden telefonisch gesteld. 29% van alle vragen ging over huisvesting en 46% over Maatschappelijke zorg. (daarin zitten ook de maaltijdvoorziening en alarmering). De andere vragen lagen in percentages van 3 tot 9 op het terrein van financiën, gezondheid recreatie en educatie.

Het RISC streeft naar een systeem waarbij met name de ouderen meer rechtstreeks toegang krijgen tot de beschikbare informatie. Het vorige maand in De Kemphaan gedemonstreerde systeem, waarbij de vragensteller het apparaat op een eenvoudige wijze zelf kan bedienen, was een voorbeeld hoe het zou kunnen werken.

Een rapport dat de zaken goed op een rijtje zet en een aanzet kan geven tot een grotere toegankelijkheid tot de informatiebronnen voor ouderen.

In de loop van het jaar zal een gerichte reclame-campagne worden gestart.

* ANBO

Voorzieningen voor ouderen en gehandicapten

Een douchezitje of alarmeringsapparatuur, een antidecubitus kussen of een traplift; onder welke wet- of regelgeving vallen deze voorzieningen nu?

De Vereniging van Nederlandse Gemeenten

(VNG) heeft een lijst gemaakt van voorzieningen die worden verstrekt op grond van de op 1 april 1994 ingevoerde Wet Voorzieningen Gehandicapten (WVG) of via de bijzondere bijstandswet.

In de lijst staan ook welke voorzieningen verstrekt worden via de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten (AWBZ) of via de Ziekenfondsraad.

De lijst met een overzicht van voorzieningen en hun wet- en regelgeving ligt tijdens de inloopmiddagen van de AMBO ter inzage.

Deze inloopmiddagen zijn op de eerste en derde maandag van de maand 's middags vanaf 2.00 uur in het kantoor van Senior Service, Markstraat 8.

* Logeren bij een ander

"LOGIES BIJ WOUW-LEDEN", dat staat als kop boven een lijst van alfabetisch gerangschikte plaatsen, waar vrouwen die lid zijn van de Wouw, slaapgelegenheid aanbieden aan medeleden, die daar gebruik van kunnen maken voor f 12,50 - f 20,- per nacht. Ik vond het bijzonder toen een tachtigjarige vrouw in Amsterdam enthousiast reageerde op mijn telefonisch gestelde vraag of we met drie vrouwen na afloop van een toneelvoorstelling bij haar konden komen logeren.

Nu kan niet iedereen zo maar reserveren; je moet lid zijn van de club en vrouw zijn. Wouw-vrouwen vind je door heel het land als een soort vlechtwerk.

Het "Wouw nieuws", waar de lijst met logiemogelijkheden in staat, de doelstellingen en veel nieuws, verschijnt 4 maal per jaar tegen een contributie van minimaal f 10,- per jaar.

Adres van de redactie: Rijksstraatweg 120, 2988 BL Ridderkerk.

Meer informatie over 'WOUW-VROUWEN' bij
Mevr. R. van der Geer
Tel. 04780 82670

De Schakel wordt maandelijks in een oplage van 1600 stuks verspreid onder de leden van de ouderenorganisaties en verenigingen die zijn aangesloten bij de Centrale en andere belangstellenden.

Redactieleden:

Mevr. R. van de Geer - Fessl
Mevr. M. Theuws - Raedts
Dhr. P. Croymans
Dhr. J. Mertens
Dhr. R. Theuws
Dhr. Chr. Ter Beek

**Redactieadres: Rochusstraat 26
5801 RR Venray - Tel. 82839**