



Meer dan een wandeltocht; het is een ontmoeting met mens, natuur en elkaar.

Foto: Sanne Aben

WANDELDRIEDAAGSE VENRAY: TOCHT DOOR LEVEN



Gé Peterink

Het driedaagse wandelevenement Venray is een verrassingstocht door het leven. Natuurlijk zijn het Peellandschap en de natuur de bekende smaakmakers. Met ook dit jaar weer prachtige nieuwe plekken en routes waardoor ook ingewijden verrast worden. Met bovendien alle weersomstandigheden die je kunt bedenken, van zonneschijn tot stortregen. Maar als deelnemer van de bonte stoet wandelaars die drie dagen lang door de velden trekt ben je vooral deel van het theater van het leven. Om me heen zag ik drie dagen lang een boeiende stoet mensen die al wandelend hun leven bespreken. Ik ben al luisterend veel wijzer geworden.

Natuurlijk staat het wandelen centraal bij alle deelnemers, onder wie opvallend veel vrouwen. Zij vormen met ruim 60% de grootste categorie. Aan de manier van lopen, kleding en uitrusting herken je de geoefende wandelaar. Met de snelwandelaar als buitencategorie, die met strakke blik en een motoriek die niet op schoonheid maar uitsluitend op snelheid lijkt ingesteld, hele pelotons voorbij stieft.

Elke categorie heeft een eigen verhaal

De wandelaars zijn verder te verdelen in groepen mannen, vrouwen, gemengde groepen en eenlingen. Je hoeft ze niet te zien om te weten wat er achter je loopt. De vrouwengroepen zijn misschien wel het meest interessant.

Vervolg op pagina 6.



OPEN DAG LOGEERHUIS KAPSTOK

Zaterdag 27 juni organiseert Logeerhuis Kapstok een inloopmiddag van 14.30 tot 16.30 uur in Het Schuttersveld (Bergweg 300, Venray, 4e etage). Belangstellenden zijn van harte welkom om kennis te maken met het logeerhuis. De koffie staat klaar.

EXPOSITIE 'GEKLEURDE HERINNERINGEN'

Het Venrays Museum presenteert van 24 juni t/m 19 juli de expositie Gekleurde Herinneringen met werk van de Venrayse schilder Johan Jeuken (1909-1982). Zijn kleurrijke schilderijen brengen herinneringen aan het oude Venray tot leven. Meer informatie via het museum.

COLOFON



centrale van
seniorenverenigingen
Venray

De Schakel is het informatieblad van de Centrale van Seniorenverenigingen Venray. De Schakel verschijnt 10x per jaar in een oplage van 3000 exemplaren en is óók te lezen op www.cvs-venray.nl. Los abonnement: € 18,- per jaar, te bestellen via het secretariaat. De volgende Schakel verschijnt op vrijdag 28 augustus

Aanleveren kopij: uiterlijk dinsdag 11 augustus

Via e-mail: schakel@seniorenvenray.nl of

Postadres: Stichting Centrum De Kemphaan, Kennedyplein 1, 5801 VH, Venray. Onder vermelding van De Schakel.

Aanleveren advertenties: uiterlijk dinsdag 11 augustus

Via e-mail: schakel@seniorenvenray.nl

Dit is tevens het adres voor informatie over advertenties.

Coördinator: Leo Heldens, tel. 06 5733 0312.

Redactie:

Voorzitter: Henk Raedts

Hoofdredacteur: Wilbert Claessens

Redactie: Gé Peterink, Jan-Hein de Wit en Leo Broers

E-mail: schakel@seniorenvenray.nl.

Redactiesecretariaat:

Toos Raedts, Mgr. Hanssenstraat 55, 5807 BB Oostrum,

E-mail: toos@raedtsholdingbv.nl.

Drukwerk: Multicopy Venray

Vormgeving: MediaHuis Venray, Wilbert Claessens

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

VERSTERKING GEZOCHT VOOR BELASTINGSSERVICE SENIOREN

De belastingsservice 'Voor Senioren door Senioren' bestaat momenteel uit zeven vrijwilligers. Zoals de naam al aangeeft, zijn dit senioren. Van ons team zijn inmiddels zes leden 80 jaar of ouder. Daarom zijn wij op zoek naar versterking.

Welke man of vrouw wil zich in de maanden februari, maart en april beschikbaar stellen om ons team te ondersteunen? Wij zoeken iemand die bekend is met het invullen van belastingaangiften en het aanvragen van huur- en zorgtoeslag. Daarnaast is het belangrijk dat u digitaal vaardig bent en beschikt over een computer of laptop.

Heeft u interesse of wilt u meer informatie? Neem dan contact op met het coördinatiepunt via telefoonnummer (0478) 58 16 90.

kapstok

Logeerhuis Kapstok



Mantelzorger zijn kan veel van u vragen.

Soms zou u willen dat u even niet meer hoeft te zorgen.

Dat u weer op adem kunt komen. Logeerhuis Kapstok kan dat voor u regelen. Dat doen we door degene waarvoor u zorgt bij ons te laten logeren. De taken die u thuis doet nemen wij voor een tijdje van u over.

Ons logeerhuis is als een familiehôtel. Gezelligheid en huiselijkheid gaan samen met persoonlijke aandacht en goede zorg.

Wij hebben een eenvoudige aanmeldingsprocedure en kennen geen wachtlijst. U kunt rechtstreeks met ons contact opnemen. Ook wat betreft vergoedingsmogelijkheden kunnen wij u adviseren.

Wilt u meer weten?

Bel of mail ons voor een afspraak.



| T (0478) 782 555 | www.logeerhuiskapstok.nl

Last van uw voeten, benen, heupen of onderrug?

•Steunzolen •Siliconen ortheses •Schoenadvies



PodoSense

Heidseweg 48

5812 AB Heide

Tel: 0478-746001

www.podosense.nl

info@podosense.nl

Podologie Heide (Venray)



Zwijgen is de buurman van liegen.

Ik woonde als student bij een hospita. Een alleenstaande vrouw met een heleboel katten in huis. Juffrouw Bleek. Ongetrouwd dus; anders had ik haar mevrouw Bleek moeten noemen.

Er woonde nog een andere student. Het leek me een scheikunde-student, want in zijn kamer hing een bord met de tekst *"Freedom for all molecules!"*. We hadden verder geen contact. Studeren was een fulltime baan en 's avonds was ik bij vrienden. De avonden dat ik thuis was, hoorde ik altijd één en hetzelfde stuk muziek door de dunne muur. Hij had óf maar één plaatje, óf hij was een mafkees. Steeds klonk het fluwelen parlando van Donovan.

"The continent of Atlantis was an island, which lay, before the great flood, in the area we now call the Atlantic Ocean."

Voor juffrouw Bleek was ik de favoriet van ons twee. Dat was nog een hele prestatie. Vermoedelijk beviel het haar wel dat ik haar wartaal rustig en zwijgend kon aanhoren. Vaak zat ze, met een paar katten op schoot, te lezen in de bijbel en kreeg dan weer een of ander helder inzicht. Dan stormde ze mijn kamer binnen, minstens vier katten achter haar aan, en moest ik na een lang betoog bevestigen dat ze wederom een briljant inzicht had gekregen. En ondertussen klonk door de dunne muur *"Way down below the ocean where I wanna be she may be."* Welkom in huize 'de maffe kat'!

Mijn vader besloot op enig moment om eens te komen kijken



Welkom in huize 'de maffe kat'.

waar ik in het verre Utrecht op kamers zat. Dat was voor hem een hele onderneming, drie hoog aan de Vleutenseweg, zijn houten been omhoog slepen. Maar hij wist niet beter. Slepen met zijn beenprothese de trap op, deed hij al zijn hele volwassen leven. Hij was een jongen van zeven toen hij een been verloor bij een ongeluk met een paardentram.

Mijn vader was gesteld op bepaalde formaliteiten en dus had ik zijn komst aangekondigd bij juffrouw Bleek; zo ook had ik mijn vader gewaarschuwd dat je bij haar in huis struikelt over de katten.

En daar stond hij onderaan de lange trap. Juffrouw Bleek sprak op deftige toon haar welkomstwoord. En mijn vader kwam naar boven met de sleepbeweging van zijn houten been, die mij zo vertrouwd was. Juffrouw Bleek kreeg ogen als schoteltjes bij het zien van mijn vaders traplopen.

Hij bleef een kwartiertje en ging weer. Onmiddellijk nadat mijn vader was vertrokken stormde

juffrouw Bleek mijn kamer binnen. "Jàn!" riep ze uit met die scherpe Utrechtse a-klank. "Wat zal jij trots zijn op je vader, jochie!" "Gods genade voor jou, dat je zo'n vader mag hebben."

Al snel werd duidelijk dat ze niet voor de charme van mijn oude heer was gevallen. Hij was een held! En niet zomaar een held, maar een oorlogsheld. Diep respect moeten we hebben voor oorlogsinvaliden. Wat die hebben gegeven voor het vaderland! Zijn houten been, het bewijs van zijn heldenmoed!

Ik had haar kunnen vertellen dat mijn vader als zevenjarig jongetje zijn been verloor door een ongeluk met de paardentram. Dat is de waarheid, maar haar waarheid was aantrekkelijker. Een goede naam bij je hospita kan altijd van pas komen. Dus ik zweeg en incasseerde de bewondering van mijn hospita voor de oorlogsheld, die mijn vader niet was.

Jan-Hein de Wit
(janheindewit@planet.nl)

UW DIGITALE NALATENSCHAP - WAT LAAT U ACHTER?

De Centrale van Seniorenverenigingen Venray ziet dat digitale nalatenschap een onderwerp is waar steeds meer vragen over leven. Daarom besteden we hier in De Schakel regelmatig aandacht aan.

Steeds meer van ons leven speelt zich digitaal af. Van foto's en e-mail tot bankzaken en abonnementen. Maar wat gebeurt daarmee als u er niet meer bent? In deze reeks kijken we stap voor stap naar wat u vandaag al kunt regelen, zodat anderen later niet hoeven te zoeken.

DE SMARTPHONE ALS SLEUTEL TOT UW DIGITALE LEVEN



Wilbert Claessens

Wie tegenwoordig een telefoon vasthoudt, heeft vaak ongemerkt een groot deel van zijn leven in de hand. Niet alleen contactgegevens en foto's, maar ook e-mail, bankzaken, abonnementen, agenda's en toegang tot andere accounts. De smartphone is daarmee veel meer geworden dan een apparaat om mee te bellen. Het is de sleutel tot bijna alles.

Dat wordt vaak pas duidelijk wanneer iemand overlijdt.

Voor nabestaanden begint het digitale regelwerk meestal bij de telefoon. Daar hopen zij informatie te vinden over lopende abonnementen, contactpersonen, foto's of belangrijke accounts. Alleen blijkt die eerste stap vaak direct de moeilijkste. Want zonder toegangscode blijft de inhoud letterlijk achter slot en grendel.

“De smartphone is tegenwoordig niet alleen een telefoon, maar vaak de sleutel tot iemands complete digitale leven.”

Veel mensen gaan ervan uit dat familie daar later wel toegang toe krijgt, maar in de praktijk ligt dat anders. Fabrikanten en online diensten beschermen gegevens streng. Dat is tijdens het leven



Uw smartphone: de sleutel tot meer dan u denkt.

prettig en veilig, maar kan na overlijden juist problemen veroorzaken. Zonder voorbereiding kan een telefoon daardoor veranderen van handig hulpmiddel in een gesloten kluis.

Daarbij speelt e-mail een grotere rol dan veel mensen beseffen. Vrijwel alle digitale diensten zijn gekoppeld aan een e-mailadres. Wie een wachtwoord vergeet, krijgt een herstelbericht per mail. Ook extra beveiliging verloopt vaak via sms-codes op de telefoon zelf.

Daardoor vormt de combinatie van smartphone en e-mail het hart van iemands digitale leven.

Juist daarom ontstaan er soms onverwachte problemen. Het komt regelmatig voor dat een telefoonabonnement snel wordt stopgezet om kosten te voorkomen. Begrijpelijk, maar daarmee verdwijnt soms ook het telefoonnummer dat nodig is om accounts te herstellen. Wat bedoeld was als een praktische afronding, maakt toegang achteraf juist moeilijker.

Dat betekent niet dat iedereen nu massaal pincodes moet uitdelen. Het gaat vooral om overzicht en voorbereiding. Wie vastlegt welk toestel belangrijk is, welk e-mail-adres daarbij hoort en hoe iemand eventueel toegang kan krijgen, voorkomt veel zoekwerk achteraf.

Sommige mensen kiezen ervoor om een vertrouwd familielid op de hoogte te brengen van een toegangscode. Anderen bewaren die informatie op een veilige plek bij hun administratie. Welke vorm het beste past, verschilt per situatie. Het belangrijkste is dat iemand later weet waar hij moet beginnen.

Ook is het verstandig om af en toe stil te staan bij wat er eigenlijk allemaal op een telefoon staat opgeslagen. Vaak is dat veel meer dan gedacht. Foto's van kleinkinderen, berichten, notities, medische afspraken, bankapps en opgeslagen documenten: het hele dagelijks leven reist ongemerkt mee in een broekzak of handtas.

“Wie nu vastlegt wat belangrijk is, geeft later vooral rust en duidelijkheid.”

Daarmee verandert ook de vraag die erbij hoort. Niet alleen: “Wie mag erbij?” maar ook: “Wat wil ik dat ermee gebeurt?”

Dat zijn geen grote of zware beslissingen. Vaak begint het gewoon met bewustwording. Met het besef dat een smartphone tegenwoordig niet zomaar een apparaat is, maar een toegangspoort tot een groot deel van het persoonlijke leven.

Wie daar nu even rustig over nadenkt, maakt het anderen later een stuk eenvoudiger.

VRIJWILLIGERS GEZOCHT VOOR CENTRALE SENIOREN VENRAY

Bij veel verenigingen draait het werk op een kleine groep betrokken vrijwilligers. Dat geldt ook voor de Centrale van Seniorenverenigingen Venray. Nu enkele bestuursfuncties moeilijk ingevuld raken, doet de organisatie een oproep aan mensen die graag iets willen betekenen voor senioren in de gemeente Venray.

Sinds begin dit jaar vervult Theo Verhoeven tijdelijk zowel de functie van penningmeester als die van secretaris. Dat betekent niet alleen het behandelen van financiële zaken en bestuursstukken, maar ook het voorbereiden van vergaderingen, beantwoorden van vragen en het maken van notulen. Vooral dat laatste blijkt in de praktijk lastig te combineren met actief deelnemen aan overleg.

Daarom zoekt de Centrale ondersteuning op twee vlakken. In de eerste plaats wordt gezocht naar iemand die de rol van secretaris wil invullen. Volgens de organi-

satie gaat het gemiddeld om ongeveer vier uur per week, naast negen vergaderingen per jaar op donderdagochtend.

Daarnaast zou ook hulp van een notulist of notuliste zeer welkom zijn. Iemand die tijdens vergaderingen aantekeningen maakt en deze later verwerkt tot een verslag, kan al veel betekenen voor de continuïteit van het bestuur.

Volgens de Centrale zijn dit typisch functies waarbij ervaring handig is, maar zeker niet allesbepalend. Belangrijker is betrokkenheid en de bereidheid om samen de vereniging draaiende te houden. Juist binnen seniorenorganisaties is vrijwilligerswerk van grote waarde om activiteiten, belangenbehartiging en ontmoeting mogelijk te blijven maken.

Mensen die interesse hebben, of iemand kennen die mogelijk wil helpen, kunnen contact opnemen via: secretaris@seniorenvenray.nl.

DAG VAN DE SENIOREN: 1 OKTOBER

De Commissie Dag van de Senioren van de Centrale Seniorenverenigingen Venray is volop bezig met de voorbereidingen voor de Dag van de Senioren op donderdag 1 oktober 2026.

Ook dit jaar staat een gezellige middag met muziek, entertainment en ontmoeting op het programma. Inmiddels is bekend dat The Old Friends zullen optreden. Het volledige programma volgt in de augustuseditie van De Schakel. De Dag van de Senioren is niet

alleen een middag vol muziek en ontspanning, maar vooral ook een gelegenheid om bekenden te ontmoeten, samen bij te praten en er even gezellig uit te zijn. Jaarlijks weten vele senioren uit Venray en de kerkdorpen de weg naar dit evenement te vinden.

De toegangsprijs bedraagt € 15,00, inclusief twee consumptiebonnen. De kaartverkoop voor Venray vindt plaats op 3 en 4 september in De Kempphaan. In de kerkdorpen verloopt de verkoop via de plaatselijke seniorenverenigingen.

WANDELEVENT: WEINIG SENIOREN VRIJWILLIGERS



Gé Peterink

VERVOLG VOORPAGINA

Die slagen erin om gedurende de hele tocht - of het nou vijf, tien, vijftien of twintig kilometer is - nog geen twee seconden stil te zijn. Al lopend behandelen ze met elkaar een oneindig aantal onderwerpen. Ik heb onderweg vrouwengesprekken gehoord over het leven met (hun) mannen, de opvoeding van kinderen, de problemen in de buurt en op het werk en zelfs over de problemen met overgang en menstruatie. En ondertussen gewoon stevig doorstappen. Dat maakt mijn bewondering voor hen nog groter.

Mannen zijn ook wel van het doorstappen, maar die gebruiken daarbij minder woorden. Een enkele keer werd ik voorbijgelopen door een groepje van twee of drie mannen die in korte zinnen de problemen en uitdagingen op hun werk bespraken en dan vooral over hoe zij die hadden aangepakt en opgelost. Vrouwen delen veel meer de gevoelens met elkaar - ook, of misschien wel juist, tijdens het wandelen - heb ik gemerkt.

En in de gemengde groepen mannen en vrouwen hebben vrouwen ook het hoogste woord en hoor ik mannen zo nu en dan een ja of nee zeggen. Soms in uitvoerige uitvoering met een 'dat klopt inderdaad, dat herken ik wel'.

Een mooie categorie is ook de groep vaders met kinderen die ik langs zag komen. Opvallend genoeg heb ik geen moeders met kinderen gezien. Die vaders stappen meestal ook stevig door en de kinderen dartelen om hen heen. Ondertussen ook nog allerlei spontane bewegingen

makend, duidelijk bedoeld om de verveling van het saaie wandelen te verdrijven.

Naar leeftijden te oordelen is de wandeldriedaagse dus vooral populair bij mensen van middelbare leeftijd en de categorie senioren. Er zijn maar enkele deelnemers jonger dan 30 jaar, terwijl tweederde van de deelnemers de dertigers, veertigers en vijftigers zijn. Een kwart van de deelnemers zijn de senioren.

Weinig senioren vrijwilligers, wel veel deelnemers

In de organisatie van de wandeldriedaagse zien we een ander beeld. Daar tref je maar enkele senioren en de twintigers laten het daar helemaal afweten. De babyboomers laten zich hier dus duidelijk verwennen door hun kinderen en kleinkinderen, terwijl ze zelf ook beslist nog een bijdrage kunnen leveren. Juist voor een wandelevenement dat zich toch duidelijk manifesteert als een evenement dat goed en gezond is voor iedereen. Overigens niet alleen tijdens zo'n georganiseerde wandeltocht, maar juist ook in het dagelijks leven. Michel Thomasen (PR man van het Meerdaagse Wandelevent Venray): "Voor senioren is wandelen één van de meest laagdrempelige manieren om gezond en actief te blijven. Het vraagt geen ingewikkelde materialen of sportervaring en het tempo bepaal je zelf. En regelmatig wandelen heeft veel effect. Het helpt om spieren en gewrichten soepel te houden, ondersteunt de conditie en draagt bij aan een betere balans en mobiliteit. Daarnaast zorgt buiten bewegen ook voor ontspanning in het hoofd.

Even weg uit huis, frisse lucht en onderweg mensen ontmoeten, maken vaak minstens zoveel verschil als de kilometers zelf. Het is bewegen zonder prestatiedruk. Geen stopwatch of sportschema, maar gewoon onderweg zijn. Wij proberen als organisatie het evenement bovendien toegankelijk te maken voor een brede groep deelnemers. Zo was de route van vijf kilometer op zondag dit jaar ook geschikt voor mensen met een kinderwagen, rollator of rolstoel. Daarmee willen wij drempels verlagen en juist ook ouderen stimuleren om mee te doen. Hoe mooi zou het zijn als ouderen ons evenement in de toekomst gaan zien als een jaarlijks uitje: samen wandelen, bijpraten en genieten."

Nieuwe kans met de beweeg- en beleefweek

En dat kan ook buiten het evenement. Venray en de omliggende dorpen bieden volop mogelijkheden om ook daarna te blijven wandelen. Denk aan routes door het Vlakwatergebied, de bossen rond Smakterheide, de Overloonse Duinen, het Odapark of wandelpaden richting de Peel. Veel mensen ontdekken tijdens het Meerdaagse Wandelevent Venray opnieuw hoeveel mooie natuur er eigenlijk dicht bij huis ligt, waar ze later nog eens terug kunnen komen. De zevende editie van het Meerdaagse Wandelevent vormt bovendien een opmaat naar de Beweeg- en Beleefweek die later dit jaar opnieuw wordt georganiseerd samen met ATV Venray en Avondvierdaagse Venray. Ook daarbij ligt de nadruk op samen bewegen en actief blijven, juist ook voor ouderen.

De Maaltijdservice

Lekker en gezonde maaltijden aan huis

IS ZELF KOKEN NIET MEER MOGELIJK OF LASTIG?

Dan zijn we er voor U

Maak nu kennis!

4 maaltijden naar
keuze voor € 18,95

Bel **0478 - 74 50 74** en bestel



Heerlijke maaltijden bereid met verse ingrediënten; gezond & smaakvol ook diëten en kleine porties



Gratis bezorgd door een vaste vrijwilliger op een vast bezorgmoment alle tijd en aandacht voor u



Geen afnameverplichting

info@demaaltijdservice.nl

www.demaaltijdservice.nl



Ontdek de nieuwe Ligier JS50 en Myli

Airco - Stuurbeheersing - Apple Carplay / Android auto



Maak een afspraak voor een gratis proefrit

WEJEBE Blitterswijk bv

Berkenstraat 18 • 5863 AH Blitterswijk
Tel: 0478 532 444 • www.wejebe.nl



Warme en persoonsgerichte dementiezorg bij Zorghuis Smakt

Hestia Zorg biedt ouderen met dementie en geheugenproblemen een geborgen thuis om te wonen en te leven. In onze kleinschalige zorghuizen, waaronder die van Zorghuis Smakt, is de sfeer gemoedelijk en staan onze zorgprofessionals dag en nacht klaar voor bewoners en hun familie. Samen organiseren we zorg op maat, waarbij we vooral kijken naar wat onze bewoners wel kunnen en waar zij energie en levensvreugde uit halen.

Meer informatie of een rondleiding
085 - 808 7040
info@hestiazorg.nl
www.hestiazorg.nl



Hestia Zorg
Onderdeel van Koken

Ge's Gedachten



LANG LEVE HET LEVEN MET KLEINKINDEREN

Het eerstgeboren kleinkind was voor mij als nieuwbakken opa een hoogtepunt. Toen die geboorte zich aankondigde zijn wij halsoverkop uit een touringcar gevlucht die ons voor een stedentrip naar Berlijn zou brengen. Want dat natuurverschijnsel moesten wij natuurlijk van nabij meemaken. En elk van de negen geboorten daarna was een hoogtepunt. Door dat aantal kleinkinderen in 26 jaar weet ik dat de relatie kleinkind opa (en ook oma) fases kent. Ik heb geprobeerd mijn eigen tekortkomingen in de opvoeding van mijn kinderen te compenseren in de omgang met kleinkinderen. Het is een mooi idealistisch streven. Maar kleinkinderen hebben in elke fase van hun leven een andere opaverwachting en -behoefte. Daarmee goed omgaan is toch weer een nieuwe uitdaging. De fase baby tot basisschool is bijvoorbeeld een andere dan die van puber tot volwassene, weet ik nu.

In de eerste periode had ik als opa het trotse gevoel dat ik geweldig en onmisbaar voor hen ben. Alles wat er in hun leven gebeurt moesten ze per se vertellen. Meestal in de meest opgewonden bewoordingen. Omdat die van ons niet naast de deur wonen betekent elke vakantie – en dat zijn er nogal wat – een huis vol logees. We deelden in die fase bijna letterlijk bad en bed. Opa is dan een grote sterke, stoere en slimme man die (bijna) alles kan. Dat was goed voor mijn ego. Eenmaal op de middelbare school wordt het anders. De logeerbehoefte neemt af. Opa blijkt toch niet die stoere sterke man die alles kan. Hun leven krijgt andere prioriteiten waarvoor opa niet zo'n duidelijke rol is weggelegd. Tijden verneem je dan taal noch teken. Je bent dan aangewezen op de informatie van hun ouders. Onze ontmoetingsmomenten moeten passen in hun drukke, hectische, prestatiegerichte leven. Met een: 'Opa, ik hou van je', vliegen ze de deur net zo snel weer uit dan in. En als ze dan zelf volwassen zijn geworden – wat enkele van onze kleinkinderen ook al is overkomen – komen ze zelfs met adviezen. Dan wordt de band weer hechter maar ook anders. Van hulp biedende opa word je zomaar hulpontvangende ouwe. Medeleven dreigt medelijden te worden als je niet oplet. Tien kleinkinderen zijn net als het weer; onvoorspelbaar en geen dag hetzelfde. Maar het is en blijft een boeiende en soms ook spannende dagtaak om al die levens te volgen.

Ge Peterink

AVOS: Actieve inbreng van leden



Gé Peterink

Zoals zoveel senioren dacht Marianne Creemers ook lang dat een ouderenvereniging niets was voor haar. Het beeld van zuchtende en steunende ouderen die een beetje afleiding geboden moet worden, is hardnekkig. Marianne: "Tot ik door een buurvrouw uitgenodigd werd om als introducee een keer mee te gaan naar een bijeenkomst over restauratie van schilderijen, die werd gepresenteerd door Jitske van Groenland. Daar ontmoette ik allerlei enthousiaste en aardige mensen die blaakten van levenslust. En toen ik een volgende activiteit weer bij wilde wonen, kon dat alleen als ik lid werd. Zo ben ik erin gerold. Vervolgens werd ik gevraagd om voorzitter te worden en dat ben ik inmiddels alweer bijna vier jaar, met veel plezier. Ik krijg hier energie van en dat komt vooral omdat ik mensen ontmoet die ook waardering hebben voor elkaars inzet en betrokkenheid. Ik ben nu aan mijn eerste termijn bezig en wil daar best nog een termijn aan vastknopen."

Marianne Creemers (70 jaar) werkte tot aan haar pensionering met veel plezier als docent in het vakonderwijs aan het Summa College in Eindhoven. Na haar pensionering kwamen er al snel enkele functies op haar pad. Ze zit nu als penningmeester in het bestuur van het Venrays Museum, maakt deel uit van de regietafel bij de gemeente en van het bestuur van de Centrale van Seniorenverenigingen.



Marianne Creemers, voorzitter van AVOS Venray. "Ik krijg hier energie van." Foto: [naam ontbrekend]

Jongere senioren voelen zich thuis bij AVOS

AVOS is een zelfstandige vereniging, ontstaan vanuit de behoefte om zelf de touwtjes in handen te hebben. Toch ziet het activiteitenprogramma er op het eerste gezicht niet veel anders uit dan bij de andere seniorenverenigingen in Venray. Fietstochten, wandelingen en excursies zijn prominente onderdelen. Gevraagd naar een eigen identiteit voor AVOS zegt Marianne Creemers: "Ik kan niet voor andere afdelingen spreken, maar bij ons zie ik dat leden

heel actief meedenken over het programma en vaak ook zelf met suggesties komen. Ik zou ze met trots 'de Jong van Geest Brigade' willen noemen. Daardoor komen museumbezoeken, bezoeken aan bijzondere kunstexposities en excursies regelmatig voor. Evenals bijzondere activiteiten en lezingen. Kunst en cultuur krijgt in ons programma alle aandacht, daarmee bereik je een iets jongere groep senioren.

Een belangrijke succesfactor is de verbinding en de ontmoeting met

n heeft succes



Gé Peterink

leden. Het is een thuis van herinneringen en een levend archief van alles wat een mens door het leven verzamelt. Onze activiteitencommissie van zes leden zorgt ervoor dat al die activiteiten goed op elkaar zijn afgestemd.”

Een voorzorgcirkel opzetten en klassieke muziek luisteren

Goed luisteren naar de ideeën die er leven en leden de ruimte geven om daar ook invulling aan te geven, is voor AVOS heel belangrijk. Marianne: “Zo is bij een aantal leden een initiatief ontstaan om

een voorzorgcirkel op te zetten. Dat is een kring voor senioren die elkaar kunnen ondersteunen. Als mensen bij een groep horen, voelen ze zich beter. Het komt vaak voor dat senioren niet meer naar buiten komen door verschillende redenen. Naar elkaar omkijken, daar gaat het om.

De voorzorgcirkel wordt een vorm van vraag en aanbod. Wat zou je kunnen doen of wat heb je nodig? De ideeën en gedachten worden ook met andere instanties besproken. We moeten wel bedenken dat senioren geen zorgverleners zijn en geen structurele zorgtaken op zich kunnen nemen. Betrokkenheid binnen woongemeenschappen is waardevol, maar niet vanzelfsprekend en moet zorgvuldig bewaakt worden om overbelasting te voorkomen.

Een ander initiatief is om met deskundige uitleg en begeleiding een project op te zetten rond het luisteren naar en kennismaken met klassieke muziek. Naar een voorbeeld uit Boxmeer wordt nu gewerkt aan een uitwerking van dat idee. AVOS is trots op de initiatiefnemers die dit soort initiatieven serieus willen uitrollen.”

Autonoom met goede samenwerking

AVOS werkt binnen de Centrale van Venrayse Seniorenverenigingen samen met de andere seniorenafdelingen in Venray. Op provinciaal en landelijk niveau gaat AVOS zijn eigen gang.

“Wij hebben een bestuur van zeven leden. Eén daarvan vaardigen wij af naar de Federatie van Algemene Seniorenverenigingen (FASv), samen met een afvaardiging van Seniorenvereniging Oirlo. Deze federatie heeft als doel de samenwerking en solidariteit tussen zelfstandige seniorenverenigingen in Nederland te bevorderen. Ze zijn aangesloten bij het consortium Beter Oud, waardoor de belangen ook vertegenwoordigd zijn in de politiek in Den Haag. Alleen de voorzitter van dat landelijke overleg is een betaalde kracht. Daardoor kost deze samenwerking weinig. Leden van de FASv zijn autonoom, ook financieel; zij beheren hun eigen middelen en hebben hun verantwoording.”

Meer relevante verhalen in De Schakel

Ook over De Schakel hebben AVOS-leden wel ideeën, blijkt uit een verslag van een ledenbijeenkomst.

“Er zouden meer verhalen moeten komen over wat er gedaan wordt binnen ieders seniorenvereniging, met aandacht voor lokale informatie. Ook algemene informatie over zaken als wonen, gezond leven en de digitale erfenis is voor senioren belangrijk. Maar dan moet dat wel vertaald worden naar de betekenis en de situatie voor de Venrayse senioren.”

En zo eindigt dit interview met een boodschap voor De Schakel, waar de redactie haar voordeel mee kan doen.



Dokter Michiels: societydokter van Venray en omstreken

Aan de westkant van de wijk Vlakwater ligt de doktorenbuurt. Geneesheren die in Venray werkzaam waren, zoals Adolph Ellerbeck en Johannes Aloysius van Roosmalen, hebben hier een straatnaam gekregen. Een markante figuur ontbreekt en dat is dokter Michiels.

Christiaan Theodoor Michiels werd op 11 mei 1683 in Horst gedoopt. Zijn vader en grootvader waren actief in het bestuur van Horst, maar Christiaan koos voor een heel andere carrière. Hij schreef zich in voor een studie geneeskunde aan de universiteit van Harderwijk en promoveerde op 11 maart 1706 op ontstekingen aan het trommelvlies en de behandeling van buikloop. De studie geneeskunde had in deze periode nog een sterk theoretisch karakter en baseerde zich geheel op de bestudering van oude klassieke geschriften.

Kort na zijn promotie trouwde Michiels in Venray met Elisabeth van de Bergh en vestigde zich daar als huisarts. Zijn woning stond op de plek waar zich nu het Poelshuis bevindt.

Michiels wist al snel een bloeiende praktijk op te bouwen. Uit een bewaard gebleven rekenboek weten we dat hij de elite van Venray en omgeving tot zijn clientèle mocht rekenen. Hij bracht doktersbezoeken aan pastoors en adellijke families, zoals de graaf van Geijsteren en de familie Van Wittenhorst.

Tekenend voor zijn reputatie was de adressering op een brief die feilloos



Kasteel Macken bij Vierlingsbeek. Tekening van Jan de Beijer (1703-1780)

aankwam: 'Mijn heer Michiels, vermaert med:doctor en practicus, woonende tot Venroij'.

Op 30 mei 1745 werd Michiels op kasteel Macken ontboden. Het kasteel werd bewoond door baron Christiaan August van Hugenpoth, die zich Heer van Venray mocht noemen. De kasteelheer kampte met 'grouwsame groote pijn in den buijck ende ten deelen in de zijde'. Al spoedig bleek dat bij Zijne Genade '...eenen steen in d'uretores oft op den croop der blase soudde sitten'. Waarschijnlijk ging het om een niersteen. Op 6 juni was hij wederom in kasteel Macken, '... als wanneer den steen ontrent 7 ad 8 uhren gelost heeft'. Voor alle doktersbezoeken betaalde de baron 9 gulden en 18 stuivers.

Van Hugenpoth had meer geluk dan zijn jonge vrouw Frederica Beatrice Bouwens van der Boije. Zij stond van 1738 tot 1740 onder behandeling van Michiels en leed aan rugpijn en ernstige kolieken met hevige

koorts. De dokter kon niet meer doen dan pijnstillende middelen voorschrijven. Talloze malen reisde hij naar Macken om aan haar ziekbed te staan, maar hij kon niet voorkomen dat de barones op dertigjarige leeftijd overleed. Voor alle 'vacatien ende devoiren' bracht hij het formidabele bedrag van 378 gulden en 12 stuivers in rekening.

Een bijzondere band had Michiels met het klooster Betlehem in Oostrum. In 1745 sloot hij een contract met de pater-rector en de moeder-overste van het klooster, waarbij hij de medische zorg van de zusters op zich nam. Zo konden verscheidene religieuzen bij hem terecht voor een aderlating.

Op 4 oktober 1747 overleed de dokter in Venray. Zijn nakomelingen zouden in Limburg nog tot grote hoogte stijgen als leden van de adellijke familie Michiels van Kessenich.

Paul van Meegeren
(gemeentearchivaris Venray)



**HEY
PANNEN
KOEK...**
Welkom bij de Perdstal!

de perdstal
PANNENKOEKEN
NATUURLIJK

Pannenkoekenhuis De Perdstal
Kempweg 164 5801 VV Venray
0478-206206
info@deperdstal.nl

EEN IJSJE

Het was warm, tropisch warm. Niet echt aangenaam voor iemand die het Nederlandse klimaat gewend is met in de zomer mooie zonrijke dagen met een bescheiden temperatuur, afgewisseld met regendagen en af en toe een stormpje. Prima toch? Maar vandaag is de temperatuur te gek.

Tijd voor een ijsje, dacht ik, en ik liep naar de ijssalon. Maar dat hadden meer mensen gedacht, want de rij was lang en het was warm. Daar wachtte ik weer in de volle, meedogenloos brandende zon.

Oké, daar kwam een eind aan en ik was aan de beurt. Een hoorntje met twee bolletjes, hazelnoot en karamel. De ijssalon schepte zeer royaal mijn twee smaken en ik moest me haasten om het ijsje naar binnen te likken. Buiten was er alleen nog plaats onder de beschaduwde doorgang tussen markt en kerk, naast een grote man in een lichtkleurige katoenen broek en een blauw gestreept T-shirt. Geen snor, geen baard. Dat kwam goed uit, want een ijsje likken met een baard onder je mond lijkt me heel lastig.

De man schoof iets op om mij wat meer ruimte te geven. Ik moest me haasten om het ijsje niet te laten lekken. Het ijs smolt sneller dan ik likken kon, maar het ging goed. Niet bij de man naast mij. Zijn ijsje, toch al van groot formaat, drupte op zijn lichte broek en dat geeft vlekken. De man zag het en tussen zijn tanden door kon ik een zachte vloek horen.

"Nou, dat wordt thuis weer wat aanhoren," zei hij tegen mij. "Dat vindt mijn vrouw niet leuk. Ze heeft toch al wat te mopperen op me als ik een vlek heb in mijn broek, want ze krijgt die er moeilijk uit, zegt ze. 'Gebruik toch een servet over je schoot als je eet', zegt ze me vaak, maar ik denk daar niet altijd aan. Dus daar gaan we weer."

Onderwijl deed hij zijn uiterste best om verdere problemen te voorkomen. Hij nam zelfs een grote hap uit het ijs, maar dat beviel hem slecht, kon ik aan zijn lichaamstaal zien.

"Ah, wat koud, dat is niet lekker."

Dus ging hij door met in sneltreinvaart het restant op te likken. Dat lukte hem goed en ik kon zien en horen dat de wafel van het hoorntje hem goed beviel.

Hij was klaar, keek mij aan en terwijl hij groette, verdween hij naar de markt. Ik likte mijn ijsje verder op, zonder te knoeien, en ik stond ook op, de warmte weer in.

Jonathan

HET JUISTE ADRES VOOR UW OGEN

BRILLEN | LENZEN | OPTOMETRIE | ORTHOPTIE



www.mijlingoptiek.nl
VENRAY | Passage 5 5801 BR | t: 0478-58 34 40



Open
ZONDAG
5 JULI
11.00 - 17.00 uur

-15%*
OP RELAXFAUTEUILS

Actie t/m 29-08

Bezoek **Nederlands' GROOTSTE** showroom:
met alles voor je vloeren en ramen.



Iedere vrijdag
tot 20.30 uur
geopend



Samen relaxen?

25%

korting bij aankoop van
2 relaxfauteuils*

**STOLEN
OP MAAT**

Vele fauteuils **UIT VOORRAAD LEVERBAAR.**
Ook met **STA-OP HULP!** **BINNEN 24 UUR THUISBEZORGD**



~~€2295~~
€1795
direct leverbaar



~~€1695~~
€1295
direct leverbaar



**5% EXTRA
KORTING**

Bij inlevering van deze coupon
5% extra korting op relaxfauteuils.

FLORENCE

Leder: 71 Torro Vulkan
2 motorig | opstahulp

SIENNA

Stof: 13 Nevada Mocca
1 motorig | opstahulp

VRAGEN? BEL ONS: 085 8888 001
Beerseweg 10a | 5431 LC CUIJK

* Acties geldig vanaf €850,-
en alleen op de producten.
Niet i.c.m. andere acties.
** Arte behang uitgesloten
van de lopende acties

binnen en buiten gewoon
www.hofmansathome.nl



Hofmans
AT HOME

SINDS 1964

WANDELROUTE DIEPELING CASTENRAY GEOPEND

De onmisbaarheid van senioren als vrijwilligers is al vaker benadrukt. "Ze vormen de smeerolie van onze maatschappij", wordt vaak gezegd, en dat is niet overdreven. Senioren zijn actief in verenigingen, onderhouden openbaar groen, helpen in de zorg en zetten zich op tal van andere manieren in. In Castenray wordt de Werkgroep Wandelroutes volledig gedragen door senioren. Onlangs plaatsten zij routepaaltjes bij de Diepeling.

In de hoek tussen de wegen Roland, Valkenberg en Diepeling en de spoorlijn Venlo-Nijmegen is door ontgrondingswerkzaamheden een natuurgebied van bijna 100 hectare ontstaan. Een groot deel bestaat uit water, doorsneden door een dam. Op 13 mei werden de wandelmogelijkheden uitgebreid met een route aan de noordzijde van het gebied. Bijzonder is dat wandelaars nu ook over de dam kunnen lopen, die niet alleen de waterstand reguleert maar



Op de foto leden van de Werkgroep Wandelroutes Castenray:
v.l.n.r.: Ties Dinghs; Jac Stiphout; Ger Houwen.

ook dienst doet als ecologische verbinding voor dieren.

De Diepeling biedt een afwisselend landschap met open water, ruige oevers, jonge bosstroken en delen van de Lollebeek en Groote Molenbeek. Een aantrekkelijk gebied voor liefhebbers van rust en natuur.

Voor de officiële opening zorgde de

Werkgroep Wandelroutes al voor de bewegwijzering. Doortje Philipssen (90), een van de oudste leden van Senioren Castenray, onthulde samen met wethouder Robert Martens het informatiebord bij de route. Bij de spoorwegovergang aan de weg Roland bevindt zich een picknickplaats en een kleine parkeerplaats. Een grotere parkeerplaats ligt aan de weg Diepeling, waar beide wandelroutes starten.

GENIETEN VAN DE ZOMER, OOK ALS HET WARM WORDT

Wanneer de temperatuur oploopt, genieten veel mensen van het mooie weer. Toch kunnen warme dagen voor ouderen extra belastend zijn. Niet voor niets treedt in Nederland tijdens langdurige hitte soms het Nationaal Hitteplan in werking.

Naarmate we ouder worden, verandert de manier waarop het lichaam warmte verwerkt. Het dorstgevoel neemt af, terwijl juist meer vocht nodig is om af te koelen. Daardoor ontstaat sneller het risico op uitdroging. Klachten zoals vermoeidheid, duizeligheid en hoofdpijn kunnen dan optreden. Dat betekent echter niet dat u tijdens warme dagen binnen moet blijven.

Bewegen en buiten zijn blijven belangrijk voor lichaam en geest. Wel is het verstandig om activiteiten te plannen in de vroege ochtend of later op de avond, wanneer de temperatuur aangename is.

Venray en de omliggende dorpen bieden volop mogelijkheden om ook in de zomer actief te blijven. Een wandeling door het Odapark, het Vlakwatergebied, de bossen rond Smakterheide of de Overloonse Duinen combineert beweging met ontspanning. Met een paar eenvoudige maatregelen blijft de zomer vooral wat zij hoort te zijn: een tijd om naar buiten te gaan, te genieten van de natuur en actief te blijven.



WARM WEER?

Zo blijft u fit en geniet u van de zomer



Drink voldoende
Ook als u geen dorst heeft.



Zoek verkoeling
Vermijd de heetste uren tussen 12.00 en 16.00 uur.



Draag luchtige kleding
Kies voor lichte, loszittende kleding.



Houd uw huis koel
Houd overdag ramen, gordijnen en zonwering dicht. Ventileer 's ochtends en 's avonds.



Eet licht en gezond
Fruit en groenten bevatten veel vocht en vitaminen.



Kijk naar elkaar om
Let extra op familie, buren en kennissen die alleen wonen.



Hotel Asteria Venray

Uw speciale evenement is bij ons in goede handen!

Jubileum | Familiediner | Condoleances | Koffietafels
www.asteria.nl | info@asteria.nl | 0478 511466



FYSIOSPORT BUITENLUST

Wilt u ook graag op een verantwoorde manier aan uw gezondheid werken?
 FysioSport Buitenlust is ideaal om op een leuke en ontspannen manier uw kracht en conditie op te bouwen.

Kom sporten in onze moderne trainingsruimte onder begeleiding van professionele fitnesstrainers!

0478 550 156  www.fysiotherapievenray.nl

Iets te organiseren?

Zakelijke events
 Feesten en partijen
 Openbare activiteiten
 Verenigingsleven

Neem contact op via horeca@debaank.nl voor de mogelijkheden.

 De Baank  [debaank](https://www.instagram.com/debaank)  www.debaank.nl



NAAM EN TOENAAM



PIETJE PRUTS

Naam: Piet Jacobs
 Geboren: 1881
 Gewoond: Venray
 Overleden: 1965



Piet J. Jacobs was een duizendpoot. Hij was opgeleid tot koperslager. Aanvankelijk werkte hij bij Fonck, maar begon aan de 'Maasheezeweg 18 (nu Raadhuisstraat, rotonde Noordsingel) een 'koper- en blikslagerij, gas- en waterleidingen en elektrische schellen'; een smederij met winkeltje in aanverwante artikelen, bereikbaar onder telefoonnummer 78.

Piet was technisch een genie. Alles kreeg hij voor elkaar, niets was teveel gevraagd. Voor elk probleem kon hij een oplossing bedenken. Zo bedacht hij een machientje om de etiketten op de flessen bier van brouwerij Rutten aan de Eindstraat te plakken. Hij bleef net zolang door'prutsen' tot zijn idee werkte. Goed het waren er geen duizenden in een uur, maar het werkte.

Een tijdlang werd hij Zwart Pietje genoemd, maar de Venrayse bevolking beloofde hem en zijn even handige zoon Harrie, die in 1965 de zaak overnam, met de bijnaam Pietje Pruts, wat zeker niet als scheldnaam bedoeld was.

Zelfs kleinzoon Theo werd wel eens Thei van Pietje Pruts, soms ook Thei Pruts genoemd.

OUDEREN INFO



Voor vragen over ondersteuning, ouderenadviseurs, dorpsondersteuning en welzijn:

- seniorenvenray.nl
- hulpwijzer.venray.nl
- Synthese Venray – 0478 517 317

IEDEREEN MOET MEE KUNNEN DOEN IN VENRAY

Meedoen in de samenleving lijkt vanzelfsprekend, maar dat is het niet voor iedereen. Toegankelijke gebouwen, veilige voetpaden en goed bereikbare voorzieningen zijn belangrijk, maar inclusie gaat over meer dan alleen fysieke toegankelijkheid.

Het Gehandicaptenplatform Venray (GPV) pleit ervoor dat de gemeente een nieuwe inclusie-agenda opstelt, gebaseerd op het VN-verdrag Handicap. Daarbij moet niet alleen aandacht zijn voor de toegankelijkheid van gebouwen en openbare ruimtes, maar ook voor zaken als inkomen, huisvesting, zorg en dienstverlening.

Steeds meer zaken moeten digitaal worden geregeld. Een afspraak maken bij de gemeente, een ziekenhuis, een huisarts of een bank verloopt vaak via websites of apps. Voor veel mensen is dat een uitdaging. Persoonlijk contact wordt schaarser en niet iedereen kan de snelle digitale ontwikkelingen bijhouden. Ook deze groep verdient aandacht binnen een inclusiebeleid.

De gemeente heeft inmiddels een eerste verkennend gesprek gevoerd over een nieuwe inclusie-agenda. Voor het GPV staat daarbij één uitgangspunt centraal: iedereen moet kunnen meedoen in Venray.

In september organiseert de werkgroep Toegankelijkheid een enquête over de toegankelijkheid van het winkelcentrum, winkels, horecagelegenheden en andere ondernemingen in Venray. Inwoners worden uitgenodigd hun ervaringen te delen. Op basis van de resultaten worden de meest toegankelijke ondernemingen in het zonnetje gezet.



**Paul van Raaij
Tweewielers
Venray**

**Nieuwe en gebruikte fietsen
Gespecialiseerd in elektrische**

Langstraat 90 5801AG Venray
Tel. 0478-585204

BELASTINGSERVICE VOOR SENIOREN BLIJFT HET HELE JAAR BESCHIKBAAR

De drukste periode voor de belastinginvullers ligt weer achter ons. Alle aangiften inkomstenbelasting moesten vóór 1 mei worden ingediend. Wie de aangifte al vóór 1 april invulde en recht had op een teruggave, heeft het geld in de meeste gevallen inmiddels ontvangen.

Dit jaar hielpen de vrijwilligers van de Belastingservice voor Senioren bij het invullen van 332 aangiften. Daarnaast werden huur- en zorgtoeslagen gecontroleerd en waar nodig aangepast.

Door een wijziging in de regels voor de huurtoeslag, waarbij niet langer naar een maximale huurprijs wordt gekeken, konden bovendien enkele inwoners voor het eerst huurtoeslag aanvragen. In sommige gevallen zelfs met terugwerkende kracht over 2025.

Hoewel de jaarlijkse belastingcampagne is afgerond, blijft de Belastingservice voor Senioren het hele jaar beschikbaar. Heeft u alsnog hulp nodig bij een belastingaangifte, het aanvragen van toeslagen of een wijziging in uw persoonlijke situatie? Neem dan contact op met het coördinatiepunt via telefoonnummer 0478 - 58 16 90 (Mimy Remmers).

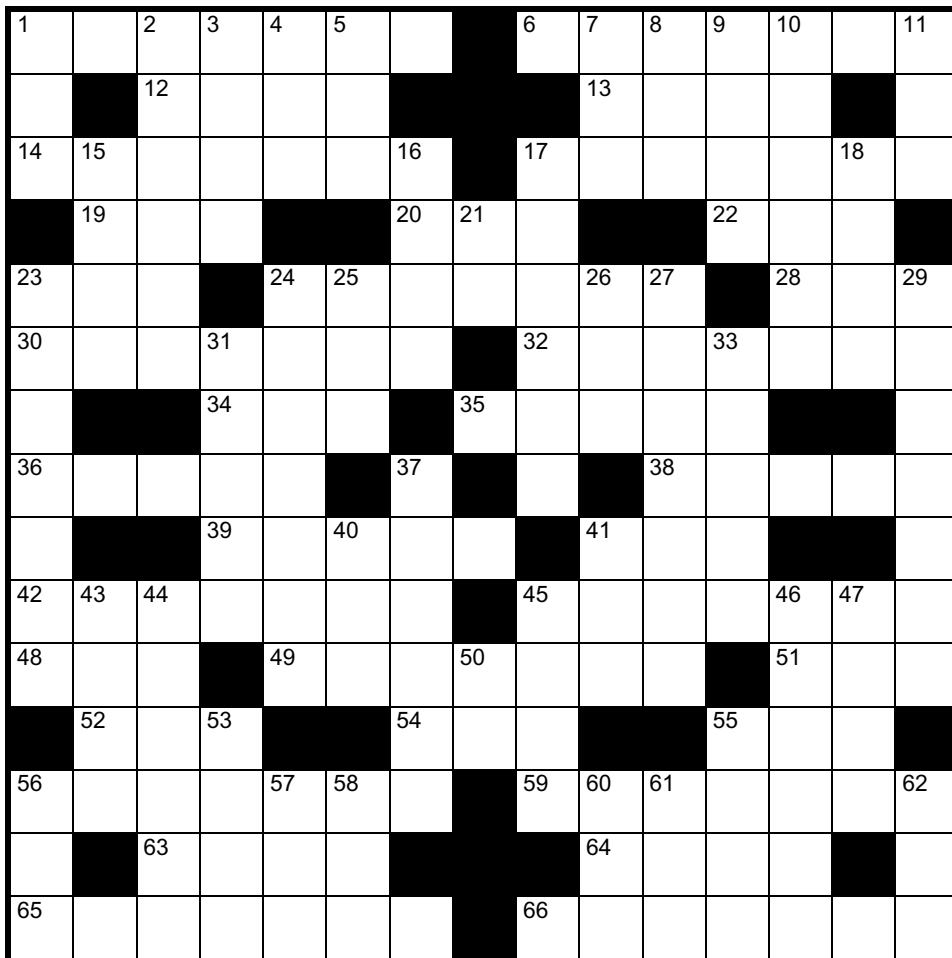


GRATIS OV-PROEFREIS VOOR SENIOREN

Wilt u graag vaker met bus of trein reizen, maar voelt u zich daar nog onzeker over? Ga dan mee met een gratis OV-proefreis onder begeleiding van een ervaren OV-ambassadeur. Tijdens de reis krijgt u uitleg over reizen met bus en trein, OVpay en de reisplanner.

Aanmelden kan via 077 - 205 20 01 of via kommeesamenoppad.nl.

PUZZEL EN WIN!



© Persbelangen P0572

21	30	6	12	28	27	13	65	14	42	37	9
----	----	---	----	----	----	----	----	----	----	----	---

Lenie Verhoeven uit Leunen is de winnaar van de puzzel die in de vorige editie van De Schakel schitterde. Zij was een van de tientallen lezers die de puzzel met het juiste antwoord oplosten en instuurden naar onze redactie. De juiste oplossing was: "Feestvreugde". De winnaar heeft de cheque voor de bijbehorende prijs (koffie en vlaai voor twee personen in Asteria) inmiddels ontvangen van onze redactie. Ook in deze editie is weer een nieuwe puzzel opgenomen. Om kans te maken op de prijs mail de oplossing van de puzzel naar schakel@seniorenvenray.nl Onze redactie wenst u weer veel puzzelplezier.

PUZZEL



HORIZONTAAL:

1 vlaggetje, 6 gebeurtenisopstarter, 12 Bovenwinds eiland, 13 bediende, 14 incassering, 17 beteuterd, 19 tussenwerpsel, 20 tweetal, 22 opdracht, 23 roofdier, 24 bladerprogramma voor internet, 28 tabulator (afk.), 30 inwoner van Spanje of Portugal, 32 damesvertrek, 34 schaap, 35 studenteneetzaal, 36 afname, 38 wasbak, 39 echopeiling, 41 edelsteen, 42 element met verschillende atomen, 45 kwast, 48 muzieksoort, 49 gekochte beltijd, 51 kunstproduct, 52 Duitse televisiezender, 54 gemakzuchtig, 55 Nederlandse Radio Unie (afk.), 56 stilaan, 59 controle, 63 soort zuurstof, 64 onderstel, 65 leeghoofd, 66 nippertje.

VERTICAAL:

1 mals, 2 onthouding van zingenot, 3 deel van een wiel, 4 terbeschikkingstelling (afk.), 5 mantel, 7 strafwerktuig, 8 in buitengewone dienst (afk.), 9 heldennaam voor het verzet tegen Spanje, 10 vogel, 11 redactie (afk.), 15 beginner, 16 reukstof, 17 wilde vrucht, 18 vervelend, 21 bezittelijk voornaamwoord, 23 cosmetica, 24 daar waar plant en dier aan de omgeving zijn aangepast, 25 rondedans, 26 tijdperk, 27 land in Europa, 29 draagbanden, 31 corrosie, 33 dagelijks, 37 stad in Italië, 40 gevangenis, 41 Turkse titel, 43 van geringe breedte, 44 deel van het oor, 45 paladijn, 46 rangtelwoord, 47 zakdoosje, 50 Chinese afstandsmaat, 53 aanwijzend voornaamwoord, 55 orgaan, 56 atmosfeeroverdruk (afk.), 57 kloosterlinge, 58 GNU's Not Unix (afk.), 60 eerste vrouw, 61 gevuld, 62 boom.

**WELKOM OP LANDGOED EN
NATUURBEGRAAFPLAATS WEVERSLO**

- Wandel vrij rond door het prachtige bos
- Ontdek de voordelen van natuurbegraven
- Reserveer een eeuwige grafplek in de natuur

voor info over openingstijden en afspraken zie:
www.weverslo.nl

 **Weverslo**
Natuurbegraafplaats

Natuurbegraafplaats Weverslo • Janslust 11 Heide
0478 - 515721 • natuur@weverslo.nl

 **DUIJF
VAN DER VEN**
Uitvaarten

Op de grens van leven en dood
heb je een gids nodig
iemand die je begrijpt
En luistert naar jouw verdriet
en alle vragen

Prinses Irenestraat 21 | 5802 BS Venray
0478 57 14 42 | 06 23 70 22 10
dag en nacht bereikbaar | www.duijfvandervan.nl