



Fietsen houdt lichaam, hoofd én dagelijks leven in beweging.

Foto: Wilbert Claessens

OOK IN VENRAY FIETSEN WE STEEDS LANGER DOOR



Wilbert Claessens

Goed voor onze gezondheid en zelfstandigheid, maar veilig blijven fietsen vraagt soms ook om aandacht. Even naar het centrum, boodschappen doen, bij iemand op bezoek of gewoon een rondje door de omgeving. Voor veel ouderen is de fiets een belangrijk onderdeel van het dagelijks leven. En dankzij de elektrische fiets kunnen we dat steeds langer blijven doen. Dat is goed nieuws, want fietsen betekent niet alleen vervoer. Het houdt ons letterlijk en figuurlijk in beweging.

Regelmatig bewegen helpt om spieren en botten

sterk te houden en verkleint het risico op verschillende chronische aandoeningen. Daarnaast heeft bewegen een positief effect op de mentale gezondheid. Voor volwassenen en ouderen geldt het advies om minimaal 2,5 uur per week matig intensief te bewegen. Fietsen is een prima manier om daaraan te komen.

Daar komt nog iets bij. Wie kan blijven fietsen, houdt een grotere actieradius. Zelf boodschappen kunnen doen, ergens op bezoek gaan of deelnemen aan activiteiten draagt bij aan zelfstandigheid en sociale contacten.

LEES VERDER OP PAGINA 6.



SINT PETRUS BANDEN KERK - HART VAN VENRAY

Welke betekenis heeft de Sint Petrus Bandenkerk door de eeuwen heen gehad voor Venray? En welke rol vervult de kerk vandaag de dag nog?

Tijdens een avond in het Venrays Museum staat de kerk als historisch én levend hart van Venray centraal. De bijeenkomst begint met een film. Vervolgens vertelt Wout Claessens over de betekenis die de kerk van oudsher voor Venray heeft gehad. Deken Ed Smeets gaat in op de betekenis van de kerk als gebedshuis in 2026.

Maandag 26 oktober om 19.30 uur in het Venrays Museum. De inloop is vanaf 19.00 uur. Aanmelden is gewenst en kan via venraymuseum.nl/aanmelden.

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 30 oktober.

Aanleveren kopij: uiterlijk dinsdag 13 oktober

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 13 oktober

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.

OOGCAFÉ VENRAY VIERT VIJFJARIG BESTAAN

Het Oogcafé Venray e.o. bestaat vijf jaar. Iedere tweede donderdag van de maand ontmoeten mensen met en zonder visuele beperking elkaar in De Kemphaan aan het Kennedyplein.

Op 15 oktober, de Dag van de Witte Stok, vraagt het Oogcafé in het centrum extra aandacht voor mensen met een visuele beperking. Meer informatie: oogcafevenray@outlook.com of 06-30661563.

SENIORENDANSMIDDAG IN BLITTERSWIJK

Op zaterdag 31 oktober is er weer een Seniorendansmiddag in Blitterswijk. Van 14.00 tot 17.00 uur kan er worden gedanst op muziek van The Music Man. Locatie: De Zaal, Plein 4 in Blitterswijk.

WANDELEN MET TOON HERMANS HUIS

Team Venray van het Toon Hermans Huis organiseert rustige wandelingen van ongeveer 3 km voor mensen die met kanker worden geconfronteerd. Na afloop is er koffie of thee. De wandelingen zijn op 26 september, 14 oktober en 31 oktober. Start om 10.00 uur bij De Perdstal, Kempweg 164 in Venray. Meer informatie: venray@toonhermanshuisnoord-limburg.nl.



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

“Spiegelbeeld, vertel eens even, ben ik heus(!) zo oud als jij?”

Het is een sentimenteel liedje van de piepjonge Willeke Alberti, haar eerste hit. Ik mocht dat niet mooi vinden in mijn jeugdige bubbel, omdat het sentimenteel, tuttig en kleinburgerlijk was. Desondanks zijn de eerste zin en de melodie nooit uit mijn geheugen verdwenen!

De behoefte van de mens om zichzelf te zien, is al duizenden jaren oud. Vulkanisch glas, obsidiaan, seleniet en glimmer: het lijken magische namen voor spiegelende oppervlakken. En niet te vergeten de ongerimpelde oppervlakte van water, waardoor Narcissus ernstig verslaafd werd aan het zien van zijn spiegelbeeld en er uiteindelijk door overleed.

Omdat het gezicht niet volmaakt symmetrisch is, zien wij onszelf anders dan andere mensen ons zien. Dat is ook de reden waarom foto's van onszelf een licht vervreemdend effect kunnen hebben.

Toch is doorgaans de ander de reden waarom we de spiegel raadplegen (met uitzondering van mensen met resten van het DNA van Narcissus). Niemand slaat dat ochtendconsult over! “Spiegelbeeld, vertel eens even...”

Naarmate onze cultuur ons meer regels oplegt voor wat betreft onze verschijning in het openbaar, duurt het spiegelconsult langer. En naarmate er meer geld kan worden verdiend aan het perfectiëren van ons uiterlijk volgens de geldende regels, wordt er meer tijd besteed aan het spiegelbeeld.



Echo en Narcissus (1903) - J.W. Waterhouse

En zo word ik verrast door een kleindochter (10 jaar oud), die zich verontschuldigt omdat ze later aan het ontbijt verschijnt. “Sorry opa, maar ik had tijd nodig voor mijn skincare.”

Omdat we dagelijks in de spiegel kijken, ontgaat ons een heel belangrijk element van ons uiterlijk: veroudering! Wie 10 jaar lang niet in de spiegel kijkt (en ook niet stiekem, en ook niet in de winkelruit en ook niet in een stille vijver!) zal de hernieuwde kennismaking met het spiegelbeeld als een grote schok ervaren! Die schok wordt ons dus bespaard. Je ziet wel de “schok” in de ogen van iemand die je 10 jaar niet gezien heeft. “Goh, jij bent ook niets veranderd!” (jaja, maar ondertussen...)

*Can you imagine us
Years from today
Sharing a park bench quietly?
How terribly strange
To be seventy*

(Paul Simon op 25-jarige leeftijd)
Elke ochtend kijk ik in de spiegel.

Naarmate je ouder wordt, kijk je met meer relativering naar jezelf.

De ouderdom komt met mildheid. Dat is maar goed ook, want anders is het niet leefbaar om elke dag naar iemand te kijken die weer een dag dichter...

Ik zie op mijn borstkas een lang litteken, ongeveer op het borstbeen, niet helemaal recht. Niet fraai, zo’n scheve streep, zei de ijdele man.

De arts die de snee maakte had haast en was niet bezig met de vraag of het litteken mooi recht zou worden. Het was op een zonnige zondagmiddag in Maastricht dat een medisch team mijn leven redde.

Een scheef litteken... boeje!
Elke keer als de spiegel mij nu vraagt: “En?”, antwoord ik: “Ik ben er nog!”. “Lucky bastard!” zegt de spiegel dan.

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.

FOTO'S EN HERINNERINGEN: WIE KAN ER STRAKS NOG BIJ?



Wilbert Claessens

Vroeger was het eenvoudig. De vakantiefoto's zaten in een album en dozen met oude familiefoto's stonden op zolder of in de kast. Wie ze wilde bekijken, pakte ze erbij. Tegenwoordig maken we veel meer foto's dan vroeger, maar gek genoeg zijn ze voor anderen soms juist moeilijker terug te vinden. Ze staan op een smartphone, tablet of computer, maar ook steeds vaker ergens in de cloud. En weet uw partner of weten uw kinderen eigenlijk waar?

Dat lijkt misschien een probleem voor later, maar het is een goed voorbeeld van onze digitale nalatenschap. Op een telefoon staan soms duizenden foto's: vakanties, verjaardagen, de kleinkinderen, maar ook oude foto's die ooit zorgvuldig zijn ingescand. Zolang u zelf uw telefoon en accounts gebruikt, is er weinig aan de hand. Maar als iemand anders die herinneringen moet terugvinden, blijken ze soms achter meerdere digitale deuren te zitten.

“We maken meer foto's dan ooit. Maar zonder goede afspraken kunnen juist de nieuwste herinneringen het moeilijkst terug te vinden zijn.”

Waar staan uw foto's eigenlijk?

Dat is een goede vraag om uzelf eens te stellen. Bij een iPhone kunnen foto's bijvoorbeeld in iCloud staan, bij andere telefoons wordt vaak Google Foto's gebruikt. Misschien worden foto's daarnaast opgeslagen op een computer, externe harde schijf of OneDrive. Het kan zelfs gebeuren dat foto's alleen op de telefoon staan, zonder goede reservekopie.

Grote aanbieders hebben inmiddels voorzieningen voor wat er na overlijden met gegevens kan gebeuren. Apple biedt bijvoorbeeld de mogelijkheid om een ****erfeniscontact**** aan te wijzen. Die persoon kan na uw overlijden, met een speciale toegangssleutel en een overlijdensakte, toegang aanvragen tot onder andere foto's, berichten, notities en bestanden in uw Apple Account. Google heeft de **Inactiviteitsvoorkeuren**. Daarmee kunt u vooraf aangeven wie bepaalde gegevens mag ontvangen wanneer uw account langere tijd niet meer wordt gebruikt.

Dat vooraf regelen is niet overbodig. Google beschouwt een persoonlijk account dat twee jaar niet is gebruikt als inactief en kan daarna het account en de bijbehorende gegevens verwijderen. Ook voor Google Foto's geldt dat foto's en video's na langdurige inactiviteit verwijderd kunnen worden. Google waarschuwt daar vooraf voor, maar na een overlijden bereikt zo'n



Alles goed beveiligd?

waarschuwing misschien niemand die ermee aan de slag kan.

Het belangrijkste is daarom niet dat u precies begrijpt hoe iedere clouddienst werkt. Begin eenvoudiger: *weet waar uw foto's staan en zorg dat iemand anders dat ook weet*. Misschien wilt u bovendien de belangrijkste familiefoto's één keer per jaar apart bewaren op een externe schijf of samen met uw kinderen een digitaal familiearchief maken.

Want uiteindelijk gaat het niet om bestanden of gigabytes. Het gaat om herinneringen. Een schoendoos vol oude foto's vindt de familie vanzelf. Voor duizenden foto's in de cloud geldt dat helaas niet.

BELEEF DEMENTIE: EVEN ERVAREN WAT DEMENTIE MET IEMAND DOET

Hoe is het als alledaagse handelingen opeens niet meer vanzelfsprekend zijn? Als je steeds vaker iets vergeet of afhankelijk wordt van anderen? Tijdens de workshops **Beleef Dementie**** kunnen deelnemers met behulp van een virtualrealitybril even ervaren hoe het is om met dementie te leven.**

In Nederland leven ongeveer 320.000 mensen met dementie, van wie het grootste deel thuis woont. De zorg voor iemand met dementie kan intensief zijn. Tegelijkertijd is het voor familieleden, mantelzorgers en andere betrokkenen vaak moeilijk om te begrijpen

wat er in iemand met dementie omgaat.

Tijdens de interactieve workshop bekijken deelnemers met een VR-bril een 360-gradensimulatiefilm. Daarin ervaren zij tegen welke problemen iemand met dementie kan aanlopen bij heel gewone dagelijkse bezigheden, zoals boodschappen doen of de radio bedienen. Ook wordt zichtbaar hoe de reacties van andere mensen worden ervaren.

De VR-beleving duurt ongeveer een kwartier. Daarna volgt een nagesprek waarin deelnemers

hun gedachten en emoties kunnen delen en samen terugkijken op hun ervaring. Centraal staat daarbij de vraag: als je beter begrijpt hoe iemand met dementie situaties kan beleven, wat zou je dan zelf anders kunnen doen?

Een workshop duurt in totaal ongeveer drie kwartier en wordt aangeboden in ****Venray en Horst aan de Maas****. Aanmelden kan via de website van Bibliotheek Biblio-Nu. Zoek daar op 'dementie'.

Meer informatie:

Marga Bakker, info@venraydementievriendelijk.nl.

MET AVOS ACHTER DE SCHERMEN BIJ PEELBERGEN

De Activiteitencommissie van AVOS organiseert op donderdag 15 oktober voor haar leden een excursie naar Peelbergen Equestrian Centre in Kronenberg. Paardenliefhebber of gewoon nieuwsgierig naar wat er allemaal gebeurt op dit grote paardensport-complex? Dan is deze excursie zeker de moeite waard.

De deelnemers krijgen een kijkje achter de schermen en een rondleiding over het terrein. Deskundige medewerkers vertellen over de accommodatie, de verzorging van de paarden, de organisatie en de wedstrijden. Tijdens de excursiedag worden er ook wedstrijden gereden die van dichtbij gevolgd kunnen worden. Ook voor deelne-

mers die weinig of geen kennis van paarden hebben, biedt de rondleiding zo een interessant kijkje in de wereld van de paardensport.

De deelnemers worden verdeeld over twee ochtend- en twee middaggroepen. Het ochtendprogramma begint om 10.30 uur met koffie of thee en een korte uitleg, waarna de rondleidingen starten. Rond het middaguur komen de groepen samen voor een gezamenlijke lunch. De middag-deelnemers beginnen om 12.30 uur met de lunch en krijgen daarna hun rondleiding.

De kosten bedragen € 15,- per persoon, inclusief koffie, lunch en rondleiding. Andere consumpties

zijn voor eigen rekening en moeten contant worden betaald; pinnen is niet mogelijk.

De excursie vindt plaats bij Peelbergen Equestrian Centre, Peelstraat, 5976 PL Kronenberg. Gebruik voor de navigatie dit adres en niet het officiële adres aan Travers. Iedereen reist op eigen gelegenheid. Het terrein en de accommodatie zijn rolstoel- en rollatorvriendelijk en er is een lift aanwezig.

Aanmelden kan tot en met 28 september via avosactiviteiten2@gmail.com én door € 15,- over te maken naar NL50 RBRB 0929 8229 94 t.n.v. AVOS. Geef bij de aanmelding aan of de voorkeur uitgaat naar de ochtend of de middag.

BLIJVEN FIETSEN BETEKENT OOK BLIJVEN OEFENEN



Wilbert Claessens

De e-bike helpt ons op weg

De elektrische fiets speelt daarin een steeds grotere rol. Uit onderzoek van het RIVM blijkt dat in 2023 ongeveer 29 procent van de fietsende Nederlanders uitsluitend elektrisch fietste.

Vooraf voor mensen die moeite krijgen met langere afstanden, tegenwind of een helling kan de ondersteuning ervoor zorgen dat de fiets aantrekkelijk blijft. Maar een elektrische fiets is niet simpelweg een gewone fiets met een motortje. Hij is doorgaans zwaarder, accelereert anders en maakt het gemakkelijker om een hogere snelheid vast te houden. Vooral bij langzaam rijden, manoeuvreren en op- en afstappen kan dat verschil merkbaar zijn.

Tegelijk verandert ook de fietser. Balans, spierkracht en reactiesnelheid kunnen met het ouder worden afnemen. Dat hoeft geen reden te zijn om de fiets te laten staan. Het is wél een goede reden om af en toe kritisch te kijken naar hoe comfortabel en zeker u nog fietst.

Een ongeval is niet altijd een botsing

Dat blijkt ook uit de ongevalscijfers. In 2024 belandden naar schatting 74.300 fietsers na een ongeval op de Spoedeisende Hulp. Van minimaal 14.100 slachtoffers was bekend dat zij op een elektrische fiets reden. Het aantal

SEH-bezoeken na een ongeval met een e-bike is de afgelopen jaren flink toegenomen. Daarbij speelt overigens ook mee dat er veel meer elektrische fietsen op de weg zijn gekomen. Opvallend is vooral hoe oudere fietsers ten val komen. VeiligheidNL onderzocht eenzijdige fietsongevallen onder 65-plussers. Evenwichtsverlies werd met 38 procent het vaakst genoemd als oorzaak. Daarna volgden uitglijden (19 procent), verstappen bij het op- of afstappen (10 procent) en uitwijken (7 procent).

Het zijn geen spectaculaire verkeerssituaties. Juist dat maakt ze herkenbaar. Een voet die bij het stoppen net niet goed op de grond komt, een onverwachte beweging of even uit balans raken kan voldoende zijn.

Blijven fietsen betekent ook blijven oefenen

Veilig fietsen gaat daarom niet alleen over verkeersregels. Een goed afgestelde fiets, vertrouwd zijn met de ondersteuning van een e-bike, voldoende balans en spierkracht en gemakkelijk kunnen op- en afstappen zijn minstens zo belangrijk. Precies daarop sluiten twee gratis fietscursussen aan die Veilig Verkeer Nederland in opdracht van de gemeente Venray en samen met lokale seniorenverenigin-

gen organiseert.

Tijdens de Opfriscursus Fiets met Praktijk wordt de verkeerskennis opgefrist, krijgen deelnemers een gratis fietsspiegel en wordt de eigen fiets kort gecontroleerd door een lokale fietswinkel. Onder begeleiding kan bovendien een klein parcours worden gereden. De cursus vindt plaats op donderdag 15 oktober in Brukske, van 10.00 tot 15.00 uur. Een lunch is inbegrepen.

De workshop Stevig op de Pedalen richt zich juist op het lichamelijke gedeelte van veilig fietsen. Met oefeningen wordt gewerkt aan onder meer balans, coördinatie, spierkracht, reactievermogen en lenigheid. De workshops worden gehouden op woensdag 30 september van 10.00 tot 12.00 uur in Brukske en woensdag 28 oktober van 14.00 tot 16.00 uur in Noord-West.

Deelname is gratis voor inwoners van de gemeente Venray van 65 jaar en ouder. Aanmelden kan via de agenda van Veilig Verkeer Nederland of telefonisch via 088 - 524 88 50.

Want het doel is uiteindelijk niet minder fietsen. Integendeel. Het gaat erom dat we zo lang mogelijk veilig én met plezier kunnen blijven fietsen.

Hotel Asteria Venray

Uw speciale evenement is bij ons in goede handen!

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

**Paul van Raaij
Tweewielers
Venray**

**Nieuwe en gebruikte fietsen
Gespecialiseerd in elektrische**

Langstraat 90 5801AG Venray
Tel. 0478-585204

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 persoonlijke 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 én 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



Ge's Gedachten



GEVARIEERDE NATUUR ALS INSPIRATIE VOOR MEER CULTURELE DIVERSITEIT IN ONS LEVEN

Bosbranden teisterden deze zomer niet alleen ons eigen Venrays natuurgebied Boschhuizerbergen. Over heel Europa en zelfs over de hele wereld komen natuurbranden steeds vaker voor. In Boschhuizen zorgde de overheersing van het grote aantal grove dennen ervoor dat de brand zowel op de grond als via de boomtoppen snel kon uitbreiden. En de jeneverbessen werden daar het slachtoffer van. Als één soort overheerst, maakt dat de anderen kwetsbaar. Natuurbeheerders weten al lang dat een natuurgebied minder kwetsbaar wordt door te zorgen voor een grotere variatie in bomen, struiken en planten. In het natuurbeheer wordt steeds meer gehandeld volgens dit uitgangspunt van grotere ecologische biodiversiteit. De natuur als samenleving van bomen, struiken, planten en ook van vogels, insecten en dieren wordt er boeiender, afwisselender en rijker van. Tegelijk is de natuur ook beter bestand tegen allerlei bedreigingen als klimaatverandering en brandgevaar. Aan dit natuurlijke levensprincipe van meer variatie en grotere biodiversiteit kunnen wij als mensen een voorbeeld nemen. Waarom zouden deze natuurwetten voor ons als mensen, levend op dezelfde aardbol, niet gelden? Een grotere culturele en demografische diversiteit kan ons leven boeiender, afwisselender, rijker en beter maken. Op deze aardbol zouden wij elkaar de ruimte moeten geven en gunnen en openstaan voor al het goede dat andere culturele identiteiten ons te bieden hebben. Voor een deel doen we dat al wel. We gaan op vakantie en maken soms verre reizen om andere volkeren en hun culturen te leren kennen en ervan te genieten. De volgende logische stap is dan dat we die ervaringen gebruiken en belangstelling, ontvankelijkheid en gastvrijheid die we elders ervaren ook in praktijk brengen als we thuis zijn. Dat kan door open te staan voor en verantwoord en respectvol om te gaan met mensen uit andere culturen, met al hun eigen kunst, kleding, muziek, tradities en eetgewoonten. Net als in de natuur zal ook ons menselijke culturele samenleven er – als onderdeel van de natuur – rijker, beter en sterker van worden. Dat geeft de meeste kans van overleven. En zo besef ik door de Boschhuizer bosbrand nog eens extra dat het multiculturele samenleven van ons mensen de meest natuurlijke is en een positieve en nieuwe impuls mag krijgen. Ik gun het iedereen.

Ge Peterink

Verdwijnen van de eeuwenoude j



Gé Peterink

Voor een veelzijdig iemand als Math Pijnappels (76 jaar) heeft het leven altijd iets te bieden. In combinatie met een opgeruimd karakter en een positieve levensinstelling dienen zich voor Math telkens weer nieuwe mogelijkheden aan. Zelden doen mensen vergeefs een beroep op hem als zijn hulp, kennis en ervaring ergens van pas kunnen komen: koken voor groepen van 20 personen in een bejaardenhuis; alleenstaande ouderen door een periodiek bezoek wat opfleuren; tuinieren in zijn eigen tuin; reewildbeheer in de Oostrumse jachtcombinatie; het beheren van zijn eigen kleine bosperceel; het verzorgen van en trainen met zijn jachthond, de kortharige Duitse staander Bella.

„Ik beleef daar plezier aan en het houdt me fit”, aldus Math. „Ook het overlijden van mijn vrouw Jos in februari 2025 heeft daar geen verandering in gebracht. Ik heb mezelf voorgenomen om niet bij de pakken neer te gaan zitten, maar actief en onder de mensen te blijven”, zegt Math als we met hem napraten over de Boschhuizer brand.

Veelzijdig en positief

Als vrijwilliger was de inzet van Math bij de bestrijding van de Boschhuizerbosbrand in de bossen van Het Limburgs Landschap dan ook vanzelfsprekend. In Oostrum ontstond al direct op initiatief van de dorpsraad een blusgroep die samen met leden van het Willibror-



V.l.n.r. Jan Molenaar, Jim Eijssen, Harry Bruijsten, Pé Jacobs, Pierre Camps en M

us Gilde Geijsteren en anderen hielp bij het nablussen. „We gingen in koppels van twee het terrein in met een schop en een rugtank met water, waarmee we restanten van bodem- en humusbrand konden blussen. Het verlies van zoveel jeneverbesstruiken heeft mij het meest geraakt. Ik denk dat die struiken wel twee eeuwen oud kunnen zijn.”

Ondanks alle ellende die de brand heeft veroorzaakt, is hij vooral enthousiast over de inzet van zoveel vrijwilligers uit Oostrum, Geijsteren, Venray en verdere omgeving, en over de samenwerking met zoveel partijen in die hectische dagen. Met bewondering praat hij over de inzet van

brandweer, boeren en loonwerkers die dag en nacht hebben gereden met hun tractoren en tankwagens om water te brengen en corridors te maken die moesten voorkomen dat de brand verder uitbreidde. „Die corridors zijn geen gewone wandelpaden, maar brede wegen van enkele tientallen meters. Zonder de inzet van al die partijen was het nooit gelukt de brand te bedwingen en het Landgoed Geijsteren te sparen”, aldus Math. „Door met hun grote materieel een corridor rondom de laatste honderd jeneverbessen te maken, kon deze bijzondere struik behouden blijven voor Boschhuizen. Al kan het wel honderd jaar duren voordat we ooit weer een bestand hebben zoals we dat tot



eneverbessen doet het meeste pijn



Math Pijnappels

voor kort hebben gekend.”

Als jager en lid van de jachtcombinatie Oostrum en als natuurliefhebber is hij sowieso jaarrond actief in de natuur rondom Oostrum. Hij kent het gebied op zijn duimpje. „Door de brand hebben insecten en reptielen, maar ook eekhoorns en muizen een enorme klap gekregen. Reeën, vossen en dassen hebben het wel gered. Inmiddels zijn de eerste reeën alweer gesignaleerd”, weet Math. „Grassprietten, kleine boompjes en struikjes zullen snel weer verschijnen. Voordat geplante bomen een nieuw bos gaan vormen, ben je echt zo’n 25 jaar verder. En de jeneverbes zal opnieuw moeten worden aangeplant.”

Handhaven met geduld en uitleg

Als oud-politieman – hij begon zijn loopbaan bij de marechaussee en kwam via de politie Amsterdam bij de gemeentepolitie Venray terecht – weet Math hoe belangrijk handhaven, ook of juist in natuurgebieden, is. „Kwaad worden heeft geen zin, geduld hebben en rustig en open vertellen wat je aan het doen bent, is de beste aanpak. Dat doe ik ook als een wandelaar me vraagt waarom ik een ziek of kreupel reekalf heb geschoten. Als ik dan uitleg dat door dit reewildbeheer de kwaliteit en de gezondheid van de reeënstand verbetert, ontstaat er begrip. Veel wandelaars hebben hun hond niet aangelijnd. Met name voor het reewild is dit niet goed. In het voorjaar worden reekalfjes

geboren en die hebben geen schijn van kans bij een loslopende hond. Mensen hebben daar geen idee van. Als je hen dan vertelt dat het echt fout kan gaan, doen ze doorgaans de hond wel aan de lijn.”

Als gemeenschapsmens is Math ook op andere terreinen actief. Hij kookt als vrijwilliger voor senioren in een verzorgingshuis en onderhoudt sociale contacten met enkele alleenstaanden. Zij waarderen regelmatige korte bezoeken, zodat zij sociaal contact houden en niet vereenzamen. „Ik heb wel eens wat extra porties gekookt in het verzorgingstehuis. Die bracht ik dan naar mijn contacten die ik thuis bezocht”, vertelt hij met een twinkeling in zijn ogen.

Als natuur- en tuinliefhebber zijn de tuin rondom zijn eigen huis en zijn kleine bosperceel zijn grote trots. Math: „Ik onderhoud de tuin en het bos volgens de principes van goed bosbeheer. Alle snoeisels bijvoorbeeld laat ik liggen in de tuin, maar wel zo dat het voor het oog niet storend is. Daardoor houd ik de kwaliteit van de tuingrond op een heel natuurlijke wijze op peil en verbeter ik die. Dat kost me de minste moeite en ik beleef er het meeste plezier aan.”

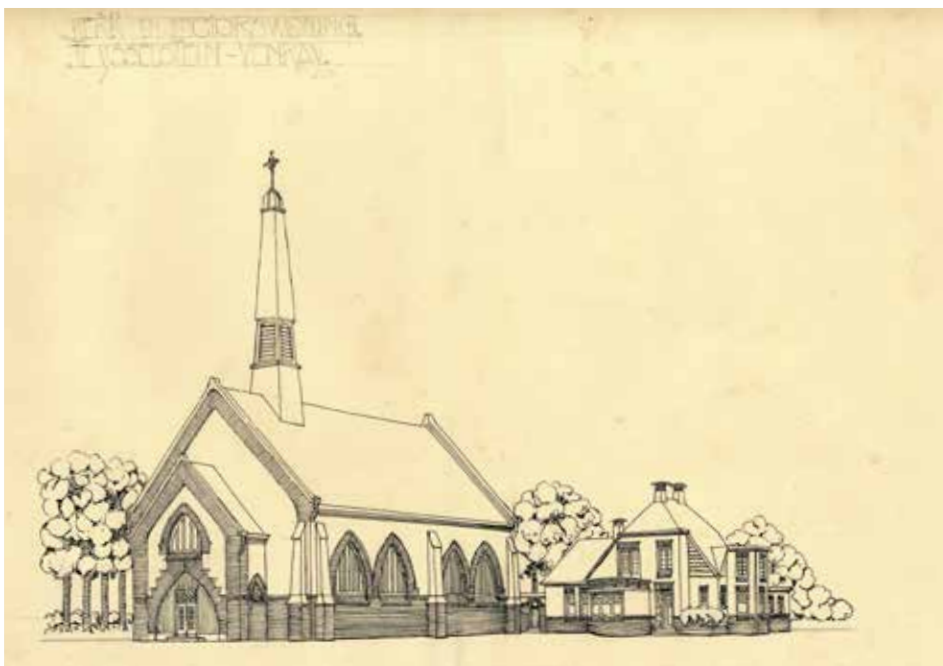
En om het lichaam in goede conditie te houden stapt Math ook nog eens drie keer per week op de racefiets voor een rondje van zo’n 25 km. „Wel in mijn eigen tempo, want ook dan wil ik genieten van de omgeving”, besluit Math Pijnappels.

Een kerk voor Ysselsteyn (1927)

Over enige tijd krijgt Ysselsteyn een nieuw gemeenschapshuis waarin ook de kerk een plek zal krijgen. Voor het oude kerkgebouw, dat in 1992 al een keer ingrijpend verbouwd werd, valt dan na een eeuw definitief het doek.

Al snel na de stichting van Ysselsteyn in 1921 ontstond er behoefte aan een kerk met een eigen priester voor de groeiende bevolking. Ter overbrugging werd de mis gelezen door de franciscaner pater Elzearius Tulp in twee klaslokalen van de school. De gemeente Venray was bereid om de helpende hand te bieden. Er werd gratis grond ter beschikking gesteld in het centrum van het dorp en een subsidie van 18.000 gulden voor de bouw van een kerk en een pastorie. Ook kon de nieuwe te benoemen rector rekenen op een gemeentelijke bijdrage voor de duur van twintig jaar. Een inzamelingsactie in Venray leverde 1300 gulden op. Verreweg het grootste deel van dit bedrag was afkomstig van Jean Poels, de grote man achter de Peelontginning. Ook van de bewoners van het nieuwe dorp werd een bijdrage verwacht. Zij verplichtten zich om jaarlijks 10 gulden per huisgezin af te dragen, te verrekenen via de opbrengsten van de eiervereniging van Ysselsteyn.

De bouwkosten van de nieuwe kerk mochten niet meer dan 36.000 gulden bedragen. Er werden twee ontwerpen gemaakt door architect-aannemer Albert Martens. Deze werden voorgelegd aan de bekende architect Jan Stuyt, die ze in architectonisch



*Tekening van het niet gerealiseerde ontwerp voor de kerk van Ysselsteyn.
Bron: Gemeentearchief Venray*

opzicht vlees noch vis vond. Uiteindelijk werd gekozen voor het meest eenvoudige ontwerp. De bouw werd gegund aan de firma Peeters en Van der Sterren uit Boxmeer. Tegelijkertijd kwam er naast de kerk een woning voor de rector. Volgens het bisdom mocht dit absoluut geen villa worden, maar uiteindelijk kwam er toch een behoorlijk uit de kluiten gewassen pastoorswoning.

Voor de verfraaiing van de kerk kwam er een geschenk uit onverwachte hoek. In augustus 1926 liet de naamgever van het dorp, oud-minister H.A. van Ysselsteyn, weten dat hij de kerk een paar gebrandschilderde ramen cadeau wilde doen: 'Het is toch een oude gewoonte dat degenen naar wie een schip genoemd wordt, een vlag schenkt aan het vaartuig, evenals de pater bij de doop van het naar hem genoemd kind een geschenk geeft.' De pastoor

van Venray mocht zelf bepalen welke bijbelse taferelen hij graag afgebeeld wilde zien. Wel had Van Ysselsteyn het verzoek dat op een bescheiden plek het familiewapen werd vereeuwigd. Uiteindelijk zorgde de firma F. Nicolas en Zonen voor vier gebrandschilderde ramen die verloren zijn gegaan toen de kerk aan het einde van de Tweede Wereldoorlog zwaar beschadigd raakte.

Eind oktober 1927 werd de nieuwe kerk ingewijd door de pas benoemde rector Jacobus van Montfort. Diezelfde morgen nog vond de eerste doop plaats, namelijk van het dochtertje van Martinus Hubers en Gerarda Arts, dat de naam ontving van de patroonheilige van de kerk, Oda.

Paul van Meegeren
(gemeentearchivaris Venray)



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

DE VROUW MET EEN GSM

Ik zag haar zitten met een van boosheid verwrongen gezicht en hamerend met haar vingers op haar mobiel-tje. Een oudere vrouw, groot, met een blauwe spijkerbroek, een gebloemde blouse en een vestje in de kleur van haar blouse. Nog niet helemaal grijs, maar haar leeftijd was haar aan te zien. De weerschijs van het licht in een pareltje onder haar oog gaf aan dat het huilen haar nader stond dan het lachen.

Ik schoof naast haar en vroeg wat het probleem was. „Het probleem?“, riep zij. „Zeg maar gerust problemen. Ik zit niet op social media, geen Instagram of wat dan ook. Ik weet maar weinig van internet, maar bankieren, mailen en aankopen doen bij webwinkels gaan me wel af. Ik probeer alleen maar een mailtje te sturen naar een bedrijf waar ik via internet schoenen heb gekocht. Ik kan het bedrijf niet bereiken. Er is wel een telefoon-nummer, maar dan krijg ik een chatbericht. Niet eens een stem, maar tekstregels. Wat een shit. Die computer begrijpt niets van wat ik wil. Gewoon, ik heb een andere kleur gekregen dan ik had besteld. Nou, maak dat de chatcomputer maar eens wijs. ‘Ik begrijp uw bericht niet’, zegt-ie steeds. Maar vragen om een persoon aan de lijn zit er niet in. Om gek van te worden, ik word daar zo kwaad van.

Op personeelskosten bezuinigen, maar klantvriendelijkheid bestaat niet meer. Ik kan ze wel zeggen: ik koop nooit meer schoenen bij jullie. Ik ga gewoon naar de winkel en ik zoek daar wat uit. Dan kan ik zien wat ik koop, voelen wat het is. De juiste maat kiezen. Denk je dat ze daar om geven? Weer een oud mens dat er niets van snapt. Lang leve internet, maar niet heus.”

De vrouw had haar ongenoegen geuit en werd een stuk rustiger. Ze zweeg even en overdacht wat ze had gezegd.

„Ik wil geen ouwe taart zijn die steeds roept dat vroeger alles beter was. Maar ik zou het haast wel worden van al die nieuwerwetse dingen. Neem nou ook eens de supermarkt. Zelf scannen, willen de grutters, maar ik niet. Ik wil niet zelf scannen. Ik wil gewoon een vrouw achter de kassa die je kent en waarmee je een kort praatje maakt. Is dat nou zoveel gevraagd?”

Ik kon haar gedachtegang wel volgen, maar hield mijn mening voor me. Ik ben maar weer opgestapt. Haar woorden bleven me wel bij.

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
4 OKT**

11.00 - 17.00 uur

-15%*
OP RELAXFAUTEUILS

Actie t/m 24-10-2026

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

CRUISEN: VAKANTIE VIEREN TERWIJL HOTEL MEEREIST

Wie bij een cruise denkt aan enorme schepen, verre reizen en vooral veel luxe, heeft misschien een wat eenzijdig beeld. Cruisen is de afgelopen jaren voor een veel breder publiek bereikbaar geworden. Zeker voor reizigers die graag verschillende plaatsen bezoeken, maar niet iedere paar dagen hun koffer opnieuw willen inpakken.

Het principe is eigenlijk eenvoudig: u pakt één keer uw koffer uit en uw hotelkamer reist vervolgens met u mee. Terwijl het schip naar een volgende bestemming vaart, blijft uw eigen hut gewoon uw vaste plek.

Dat gemak is volgens Jorn Janssen van Cruiseboekert een van de redenen waarom mensen voor een cruise kiezen. Hij adviseert vanuit Venray reizigers die een cruise overwegen. "Veel mensen die nog nooit hebben gecruised, weten vooral niet goed wat ze kunnen verwachten. Terwijl juist het gemak van deze manier van reizen veel mensen aanspreekt."

Van actief tot helemaal niets

Een cruiseschip is meer dan een vervoermiddel. Aan boord zijn restaurants, lounges, entertainment en allerlei mogelijkheden om de dag door te brengen. Maar niemand verplicht u om daar voortdurend gebruik van te maken.

De ene dag gaat u van boord voor een excursie of stadswandeling, een andere dag blijft u misschien gewoon op het schip. En ook een dag op zee hoort bij veel cruises. Rustig ontbijten, een boek lezen, van het uitzicht genieten of ergens een drankje drinken: het tempo bepaalt u grotendeels zelf.

Juist die combinatie van veel



Elke dag een nieuw uitzicht, zonder steeds opnieuw uw koffer te pakken.

kunnen zien zonder voortdurend te hoeven verkassen maakt cruisen voor sommige reizigers aantrekkelijk.

Noorwegen vanuit Rotterdam

Een bestemming die zich goed leent voor een eerste kennismaking is Noorwegen. Vanuit Rotterdam vertrekken cruises waarbij in ongeveer een week verschillende plaatsen en fjorden worden bezocht.

Denk bijvoorbeeld aan Odda, Ålesund, Olden en Bergen. De ene dag vaart het schip tussen hoge fjorden en watervallen, een volgende dag legt het aan in een kleurrijke havenstad. U kunt 's morgens van boord gaan om de omgeving te ontdekken en later terugkeren naar dezelfde hut.

"Dat is eigenlijk het bijzondere aan cruisen," vertelt Janssen. "In relatief korte tijd ziet u heel verschillende bestemmingen, terwijl u zelf niet steeds lange afstanden hoeft af te leggen of van hotel hoeft te wisselen."

Welke cruise past bij u?

Wie voor het eerst naar cruises kijkt, ontdekt al snel dat er behoorlijk wat te kiezen valt. Rederijen verschillen

van elkaar, net als schepen, routes en hutten. Ook wat bij de prijs is inbegrepen, kan verschillen.

Volgens Janssen is het daarom verstandig om niet alleen naar de bestemming of de prijs te kijken. "De vraag is vooral welke manier van reizen bij iemand past. Niet ieder schip en niet iedere rederij past bij iedere vakantieganger."

Voor wie zich eerst eens vrijblijvend wil oriënteren, organiseert Cruiseboekert regelmatig Cruise Events. Daarbij worden verschillende rederijen, schepen en bestemmingen besproken en kunnen bezoekers vragen stellen. Het eerstvolgende Cruise Event staat gepland voor 23 januari 2027.

Cruisen hoeft daarmee vooral niet ingewikkeld te zijn. Het is een andere manier van reizen: één keer uitpakken, onderweg zijn en ondertussen steeds ergens anders wakker worden.

Meer weten?

Voor meer informatie over cruisen of het Cruise Event van 23 januari 2027 kunt u terecht bij Jorn Janssen van Cruiseboekert via de contactgegevens in de advertentie elders in deze uitgave of via Cruiseboekert.



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 fitnessstrainers!

0478 550 156  www.fysiotherapievenray.nl 



CRUISEBOEKER

Uw cruise-avontuur begint bij Cruiseboek.

- Vertrek met Holland America Line vanuit Nederland
- Verschillende routes naar Noorwegen, IJsland en de Britse Eilanden
- Fjorden, steden, natuur
- Word elke dag wakker met een nieuw uitzicht
- Nog vele andere routes en cruiselines bij ons te boeken!

Contacteer ons voor een vrijblijvend gesprek of offerte
info@cruiseboek.com
 06 30307295
www.cruiseboek.com

Map locations: Ålesund, Olden, Nordfjord, Eidfjord, Hardangerfjord, Haugesund, ROTTERDAM

NAAM EN TOENAAM



KLEINTJE PILS

Naam: Henk de Klerk
 Geboren: 1944
 Gewoond: Venray



Henk de Klerk uit Venray is altijd klein en rond van stuk geweest. Als secretaris van Woningbouwvereniging Venray, onder directeur Grad Schols, was dat geen probleem. Ook als bestuurder van de KBO-kring Horst-Venray en de provincie Limburg, en als lid van de Seniorenraad Venray, heeft hij daar nooit moeilijkheden mee gehad.

Bij het sporten vroeger lag dat soms anders. En vooral tijdens zijn militaire dienst had De Klerk het er weleens moeilijk mee. „Bij het marcheren liep ik óf achteraan, maar dan kon ik de groep niet bijhouden, óf vooraan. Maar dan hoorde ik de hele tijd: 'Hé, Kleintje Pils, loop eens door!' Sindsdien werd ik steeds zo genoemd. Daar was ik af en toe wel klaar mee.”

Inmiddels kan Henk erom lachen. Een trauma heeft hij er in ieder geval niet aan overgehouden.

Foto: Jacques Penris

OUDEREN INFO



Voor vragen over ondersteuning, ouderenadviseurs, dorpsondersteuning en welzijn:

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

GEZONDHEID ALS EEN NIEUWE KNIE NOG NIET NODIG IS

De Schakel wil lezers graag informeren over onderwerpen die voor senioren van belang zijn. Gezondheid is misschien wel ons hoogste goed. De ouder worden de mens wordt vaker geconfronteerd met kwalen en kwaaltjes die de kwaliteit van leven kunnen verminderen. Iedereen hoopt natuurlijk zo lang mogelijk gezond ouder te worden. Sommige aandoeningen kunnen worden verholpen, maar niet tegen iedere ziekte is een medicijn voorhanden. In deze rubriek laat De Schakel u daarom graag kennismaken met interessante ontwikkelingen en artikelen over gezondheid die in andere media zijn gepubliceerd.

Slijtage van gewrichten komt veel voor en menig een heeft inmiddels een nieuwe heup of knie gekregen, in een ziekenhuis of particuliere kliniek. Vooral het plaatsen van een heupprothese is inmiddels een veel uitgevoerde operatie. Vroeger moest je na zo'n ingreep vaak langere tijd herstellen en revalideren. Tegenwoordig worden patiënten doorgaans snel na de operatie alweer op de been geholpen. Eerst nog met krukken, maar het doel is om zo snel mogelijk weer zelfstandig en zonder de eerdere pijn te kunnen bewegen. Een bijzondere ontwikkeling als je bedenkt wat zo'n operatie eigenlijk inhoudt.

Een knieprothese is gecompliceerder. Toch worden er

in Nederland jaarlijks vele duizenden geplaatst. Een kunstknie kan een effectieve oplossing zijn, maar is niet altijd ideaal. Een prothese kan immers slijten en vervanging ervan is ingewikkelder. Daarom wordt volop gewerkt aan innovatieve, kniebesparende oplossingen.

In MAX Magazine stond een artikel over zo'n veelbelovende ontwikkeling: een plug in de vorm van een grote champignon die versleten kraakbeen nabootst. Onderstaande tekst is met toestemming en ongewijzigd overgenomen uit MAX Magazine:

*Avalanche Medical, een Nederlands bedrijf op de campus van de Universiteit Maastricht, ontwikkelt de SyCap. Dit is een soort elastische plug die ingezet kan worden als duurzame mini-prothese voor mensen van middelbare leeftijd met kraakbeendefecten. Het is een kleine implantaat dat enigszins op een champignon lijkt. Het hightech-materiaal waarvan de plug is gemaakt, bootst de eigenschappen na van gezond kraakbeen. Het implantaat kan direct worden belast en tast het omliggende weefsel niet aan. Mocht het kraakbeendefect zich uitbreiden, dan is de plug makkelijk te vervangen door een grotere prothese. De eerste resultaten uit klinisch onderzoek zijn hoopgevend voor een grote groep patiënten die nu tussen wal en schip vallen. **Bron: MAX Magazine.***

€3.000 VERHUISVOUCHER VOOR SENIOREN DIE KLEINER WILLEN WONEN

Senioren in Venray die een sociale eengezinswoning van Wonen Limburg huren, kunnen bij verhuizing naar een levensloopbestendige sociale huurwoning een verhuishouder van € 3.000 aanvragen. Voorwaarde is onder meer dat de huurder en/of partner de AOW-leef-tijd heeft bereikt.

Met de regeling willen de gemeente Venray en Wonen Limburg het voor senioren gemakkelijker maken om te verhuizen naar een woning die beter past bij het ouder worden. Zo'n verhuizing brengt immers vaak extra kosten met zich mee. Tegelijkertijd komt door de verhuizing een eengezinswoning beschikbaar voor andere woningzoekenden.

De huidige woning moet een sociale eengezinswoning van Wonen Limburg in Venray zijn met minimaal twee slaapkamers. Ook de nieuwe woning moet van Wonen Limburg zijn en in de gemeente Venray liggen. Deze woning heeft maximaal twee slaapkamers en moet

levensloopbestendig zijn. Dat betekent dat belangrijke woonruimtes, zoals woonkamer, slaapkamer, keuken, badkamer en toilet, gelijkvloers liggen of zonder traplopen bereikbaar zijn.

De regeling geldt sinds 1 juni 2026. In 2026 is een beperkt aantal verhuishouder beschikbaar. Wie overweegt te verhuizen, doet er daarom goed aan zich tijdig te informeren over de voorwaarden en de aanvraagprocedure.

Meer informatie: venray.nl/verhuishouder-senioren.

Last van uw voeten, benen, heupen of onderrug?

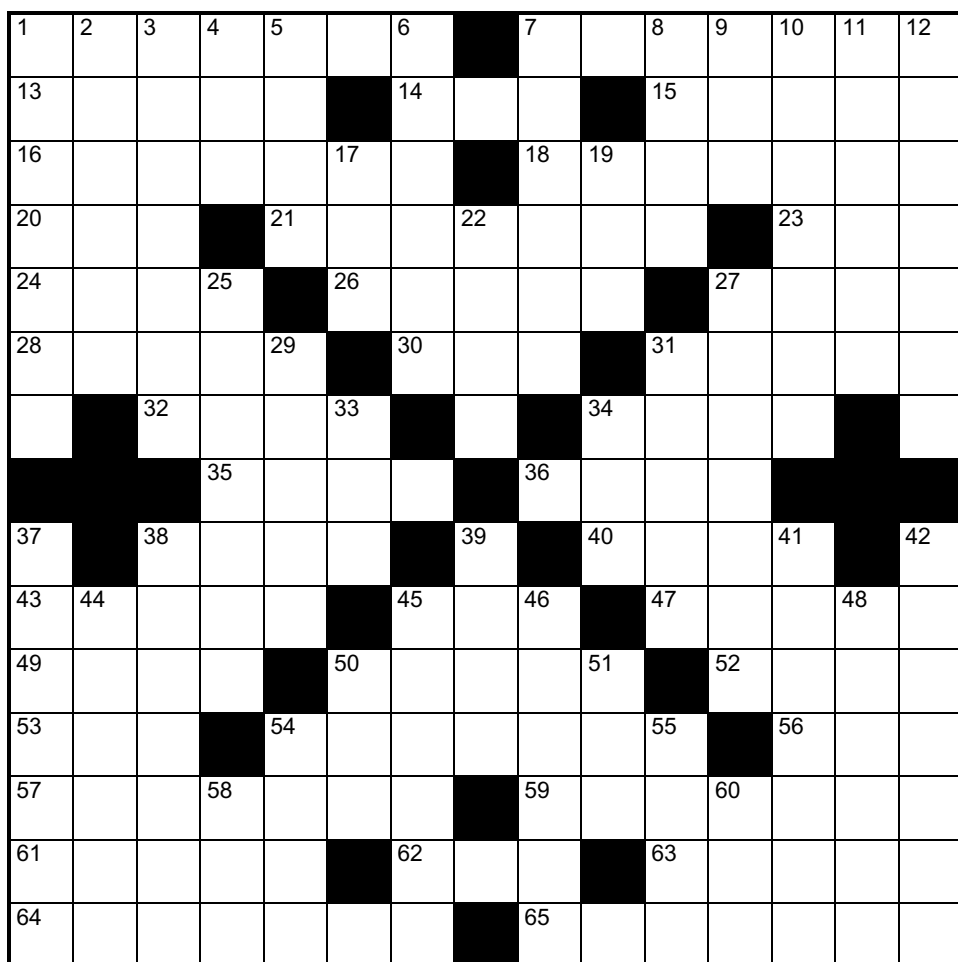


- Steunzolen
- Siliconen ortheses
- Schoenadvies

PodoSense
Heidseweg 48
5812 AB Heide

Tel: 0478-746001
www.podosense.nl
info@podosense.nl

PUZZEL EN WIN!



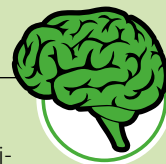
© Persbelangen P0872

54	58	31	43	65	32	3	59	42	18	16	2
----	----	----	----	----	----	---	----	----	----	----	---

Jan Steeghs uit Oirlo is de winnaar van de puzzel die in de vorige editie van De Schakel verscheen. Hij was een van de tientallen lezers die de puzzel met het juiste antwoord oplosten en instuurden naar onze redactie. De juiste oplossing was: "Patriarchaal". De winnaar krijgt binnenkort de cheque voor de bijbehorende prijs (koffie en vlaai voor twee personen in Asteria) 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 bocht, 7 franje, 13 verdedigen, 14 eerste vrouw, 15 gewas, 16 uitstalvenster, 18 aanstellerij, 20 platvis, 21 legerafdeling, 23 muzieksoort, 24 jungle, 26 sterk hellend, 27 papierklem, 28 oefenstuk, 30 afdruk, 31 laan, 32 ringtone, 34 zuilengang, 35 niet gesloten, 36 omgebogen rand, 38 hemellichaam, 40 vroegere Chinese munt, 43 handeling, 45 wedstrijdslee, 47 deftige kamer, 49 limousine, 50 gewas, 52 vrucht, 53 Portugese kustplaats, 54 soort ham, 56 File Transfer Protocol (afk.), 57 urn, 59 bevelhebber, 61 bloem, 62 water (Fr.), 63 houtsoort, 64 hals, 65 toetje.

VERTICAAL

1 zwetser, 2 distilleerkolf, 3 redenaar, 4 troefkaart, 5 explosie, 6 inhoudsloosheid, 7 brabbeltaal, 8 plaats in Limburg, 9 groente, 10 knieschijf, 11 bloedarmoede, 12 wilddief, 17 zevende toon, 19 vagevuur, 22 enigszins, 25 gestoordheid, 27 opname van vlakbij, 29 langspeelplaat, 31 kaartenboek, 33 oorspronkelijk, 34 stel, 37 smaak na het consumeren, 38 kracht, 39 losse naad, 41 schattebuit, 42 slang, 44 categorie, 45 bos bloemen, 46 redding, 48 snavel, 50 slimmerd, 51 naar aanleiding van (afk.), 54 slot, 55 persoon, 58 tumult, 60 paard.

**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