

# De Stem van Grave

Uitgave van de KSBS | Berichten uit de wereld van blinden en slechtzienden

“Nutella?”, vraagt Dave aarzelend als er een potje onder zijn neus wordt gehouden. Hij is een van de cursisten die deelnemen aan de workshop ‘Beleven en ervaren van een visuele beperking’. Dave draagt een blindenlapje. Dat maakt het raden van de inhoud nog eens extra moeilijk. De workshop wordt gegeven door het promotieteam van Visio Wonen & Dagbesteding De Blauwe Kamer in Breda. Het team bestaat in totaal uit zes mensen met een visuele en verstandelijke beperking. Zij maken zienden wegwijs in hun wereld.

door Corné Verschuren | foto's Boyd Brian Smith

## Podium voor mensen met een visuele beperking

Achter de tafel zitten Sanela Zilic (30) en Nathaly Dorsen (42), twee leden van het promotieteam. Tegenover hen zit een tiental nieuwe medewerkers van Visio. Ervaringsdeskundigen Sanela en Nathaly stellen zich voor en vertellen over hun visuele beperking.

Zo heeft Sanela moeite met concentreren, zeker als ze moe is. “Uit een volle tafel met kleurrijke kraaltjes vind ik het bijvoorbeeld moeilijk om een blauwe te vinden”, legt ze uit. Nathaly daarentegen heeft koker-visus. Ze draait haar hoofd iets opzij. “Anders kan ik niet op mijn iPad werken.”

Een groep nieuwe medewerkers wordt rondgeleid in de wereld van slechtzienden en blinden. Zowel binnen als buiten worden allerlei oefeningen gedaan. Met een blindenlapje of simulatiebril op worden er boterhammen gesmeerd, koffie ingeschonken met behulp van een vloeistofindicator, gewandeld met een blindenstok, gepuzzeld, spelletjes gespeeld op de iPad en met een rolstoel door het verkeer gemaneuvreerd.

### Meer inzicht

“En dat viel nog niet mee”, vertelt een andere deelnemer. “Wat moet je in het verkeer doen of juist niet doen,

bijvoorbeeld bij opstapjes of praten met anderen tijdens het wandelen. Dat laatste scheidt onduidelijkheid bij iemand met een visuele beperking. Ook spelletjes waren niet aan mij besteed. Bij het maken van een puzzel had ik er maar één goed. Heel frustrerend. De praktische tips van Sanela en Nathaly waren zeer welkom. Het geeft meer inzicht in de wereld van iemand met een visuele beperking.”

Monique Gering is begeleider bij Visio en geeft de workshops samen met collega Caroline Alberts. Monique volgde met succes een leergang ambassadeurschap in de gehandicaptenzorg. Afgelopen

periode werden onder haar leiding al zo'n twintig workshops gehouden bij Curio Onderwijs in Breda, waar ook zorgopleidingen worden gegeven.

### Podium geven

“In het verleden werden deze workshops zonder cliënten gegeven. Dat is zonde. Onze cliënten hebben naast beperkingen ook bijzondere talenten. We willen ze als ervaringsdeskundigen een podium geven. We zijn begonnen met twee ervaringsdeskundigen. Nu hebben we er al zes”, vertelt Monique.

Door cliënten naar voren te schuiven

lees verder op pagina 2



Ervaren hoe het is om met een taststok te lopen.



Fietsonderzoek

pagina 3



Levensverhaal  
Peter Meuleman

pagina 4



Portret leerling:  
Elin Willemse

pagina 8

als ervaringsdeskundige ontstaat er een wisselwerking en meer verbinding. En het is goed voor de wederzijdse acceptatie en zorgt voor meer begrip. Monique: "Het geeft de deelnemers van het promotieteam ook de gelegenheid om zich persoonlijk te ontplooiën. Na afloop van een workshop zijn ze telkens ontzettend trots. De visie van Visio om meedoen mogelijk te maken komt hier tot zijn recht."

Naast de workshops voor nieuwe Visio-medewerkers nemen de leden van het promotieteam (Nathaly, Sanela, Mariet, Jari, Jan en Ralph) beurtelings deel aan de sessies met studenten op de Curio-opleiding in Breda. Ieder lid van het promotieteam vertelt zijn eigen verhaal. Het gaat dan over het leven met en de acceptatie van hun beperking.

### Belangrijk

"Ik vind het belangrijk en interessant om in het promotieteam te zitten", vertelt Nathaly na afloop. "We kunnen nieuwe medewerkers en studenten laten ervaren en beleven wat mensen met een visuele beperking zien of juist niet zien. En hoe we eventueel geholpen kunnen worden." Naast haar activiteiten van het promotieteam schildert Nathaly een dag in de week. De andere dagen worden gevuld met het verwerken van recepten voor een kookboek. Sanela werkt twee dagen op de Blauwe Kamer, daar doet ze allerlei klussen. "Studenten merken dat bijvoorbeeld het smeren van een boterham nog niet zo makkelijk is voor mensen met een visuele beperking. Wij zitten soms ook helemaal onder de hagelslag en boter", vult ze Nathaly aan.



Volgens Monique is het van beide kanten training-on-the-job. Sanela: "Ik vertel mijn verhaal het liefst aan de hand van foto's ondersteund met gesproken taal of in een presentatie met grote letters. Ik heb ook bij Radio1 meegewerkt aan een podcast over mensen met een visuele beperking." Inmiddels heeft het promotieteam al een aantal bijeenkomsten achter de rug. "Door de workshops leren mensen met een visuele beperking en bijvoorbeeld studenten elkaar beter kennen

en elkaar te accepteren. Het kan studenten ook een zetje geven om in de gehandicaptenzorg te gaan werken." De vervolgstap is ook al in beeld. "Het zou mooi zijn als de leden van het promotieteam hun presentatie nog meer kracht kunnen geven. Bijvoorbeeld door een opleiding te volgen om voor een groep te spreken. Gaandeweg zijn ze al steeds meer gaan vertellen over hun eigen beperking of levensverhaal. Aan twee uur hebben we allang niet meer genoeg." ■

## Kort nieuws

### Visit Visio

Visio Onderwijs Grave huurt ruimtes in Ut Turp, het dorpservicepunt in Gassel. Hier komen slechtziende en blinde leerlingen van de Visio-school samen en werken ze aan opdrachten van bedrijven en particulieren uit de regio. Om zo te laten zien wat zij allemaal wél kunnen. In het dorpservicepunt in Gassel is al een aantal bedrijven gehuisvest: bakker, cafetaria, kapsalon, pedicure en een bibliotheek. Visio huurt er een huiskamer, een zeepmakerij, een productieruimte en een keuken voor haar activiteiten. Iedereen is welkom in de huiskamer voor een bakje koffie of een door leerlingen bereide lunch. In de zeepmakerij

maken de leerlingen zeepjes die zij ook verkopen. Op deze manier geeft Gassel op geheel eigen wijze vorm aan inclusie. Een mooi voorbeeld van meedoen mogelijk maken, waardoor de kans op een goede vervolgplek voor slechtziende en blinde leerlingen na school groter wordt. Zij doen immers werkervaring op en de afstand tot de arbeidsmarkt wordt kleiner. Heel belangrijk, want uit recent onderzoek blijkt dat het voor mensen met een visuele beperking nog steeds lastig is om een baan te vinden.



### Tast- en luisterroute Ootmarsum

De aanzet voor het maken van de route was de in 2009 in Ootmarsum gehouden "wittestokkendag" met als thema kunst en cultuur. Het bleek een openbaring voor blinden en slechtzienden dat beelden mochten worden aangeraakt en betast. Deze zomer vond er een heropening plaats van de tast- en luisterroute. De kunstroute, speciaal ontwikkeld voor

mensen met een visuele beperking, is uitgezet door vrijwilligers van het Gehandicapten Platform Ootmarsum. Onlangs is er door een aantal vrijwilligers een YouTube link gemaakt en is de beeldenroute geüpload in de Izi. Travel-app. Het startpunt van de route is de VVV, Markt 9 in Ootmarsum.

### Multisportdag Zichtbaar Sportief

De Multisportdag in Lisse op 9 september is de ideale dag om verschillende sporten uit te proberen. Er kan onder meer gekozen worden uit een atletiek vierkamp, tandemfietsen, showdown en goalball. Beginnend sporter én ervaren sporter worden van harte uitgenodigd voor deze dag. Mocht je na afloop één van de



sporten willen beoefenen, dan word je geholpen met het vinden van een vereniging in je buurt! Deelname aan de multisportdag is gratis. Aanmelden is verplicht en kan via de website van Zichtbaar Sportief: [zichtbaarsportief.nl](http://zichtbaarsportief.nl)

### Blindfluencer wordt burgemeester

De vrijwel blinde Tjarda Struik (1986) wordt de nieuwe burgemeester van Leiderdorp. Struik is nu nog VVD-raadslid in Zeist, maar ze geniet vooral bekendheid door haar filmpjes op TikTok. Struik heeft als blindfluencer bijna 195.000 volgers.

Anderhalf jaar geleden begon Struik, die slechts vijf procent zicht heeft, onder de naam Blindfluencer filmpjes op TikTok te plaatsen. Daarbij laat ze niet alleen zichzelf maar ook haar kinderen zien. Veelbekeken is de video waarin ze als Chef Tjarda 'roerei à la mama' maakt, "met wat gekruid commentaar van de junior-chefs". Op haar website maakt Struik haar bedoelingen verder duidelijk. "Hoezo kan iemand die blind is geen influencer worden, vloggen, spreken in het openbaar of de samenleving representeren binnen de politiek? Ik geloof dat dat allemaal kan", schrijft ze. "En dat is dan ook precies wat ik doe! Met als doel mensen te inspireren en motiveren, altijd en overall!"



### Museum Beelden aan Zee

Speciale rondleiding voor blinden en slechtzienden op 2 september en 7 oktober. Museum Beelden aan Zee toont tot en met 22 oktober sculpturen van een van de beroemdste beeldhouwers uit de 20ste eeuw, Henry Moore (1898-1986). Hij ontwikkelde een unieke en karakteristieke vormtaal, balancerend tussen figuratief en abstract. De tentoonstelling heeft als titel "Vorm en Materiaal" en focust op de invloed van de natuur op zijn werk en de ontwikkeling die hij doormaakte. Van 'direct carving'- het beeldhouwen zonder voorbereidende schetsen- tot zijn glasvezel-sculpturen en zijn experimenten met het gieten van lood. Tijdens deze speciale rondleiding mag een representatief aantal beelden van deze tentoonstelling worden aangeraakt. Van tevoren wordt met voelobjecten toelichting gegeven op de invloed van de natuur op zijn werk. Aanmelden kan via [info@beeldenaanee.nl](mailto:info@beeldenaanee.nl) of 070 3585857. Meld op welke dag u wilt meelopen, met hoeveel mensen u komt en op welk telefoonnummer u eventueel bereikbaar bent.



## Onderzoek naar fietsgedrag van slechtzienden

# 'Veilig fietsen is vaak nog lange tijd mogelijk'

Mensen met een visuele beperking horen vaak dat fietsen voor hen te gevaarlijk is. Bart Melis-Dankers, mobiliteitsonderzoeker bij Koninklijke Visio in Haren, deed wetenschappelijk onderzoek naar het fietsgedrag van slechtzienden. De uitkomst is verrassend: fietsen hoeft voor iemand die slecht ziet niet onveiliger te zijn dan voor iemand met goede ogen.

door Thea Westerbeek | foto Yvonne de Noord

Fietsen is zo vanzelfsprekend, dat je er zelden bij stilstaat hoe belangrijk het is. Het zorgt ervoor dat je in beweging blijft, én zelfstandig kunt gaan naar werk, kerk, supermarkt, huisarts, club of een vriend(in)/familielid. Kortom: het houdt je gezond, mobiel en sociaal actief. Fietsen is voor velen ook een hobby. "Voor mensen met een visuele beperking is fietsen ook heel belangrijk. Vooral als ze niet kunnen autorijden", zegt Bart Melis.

### Petje af

Het wetenschappelijk onderzoek naar het rijgedrag van slechtziende fietsers heeft acht jaar geduurd. Er deden onder andere een groep van slechtziende en een controlegroep van goedziende mensen aan mee. Ze kregen een oogmeting, waarna ze dezelfde route fietsten. Dat werd op video vastgelegd en geanalyseerd. In een deelonderzoek legden zowel slechtziende als goedziende mensen een weeklang op camera hun fietsritten vast. "Om te vergelijken moesten alle omstandigheden steeds hetzelfde zijn. Het heeft weken aan filmmateriaal opgeleverd dat moest worden geduid. Mijn petje af voor dit gedegen werk."

### Vergelijkbaar

Uit het onderzoek blijkt dat wat betreft de snelheid en het afstand houden tot de berm geen duidelijke verschillen zijn tussen de normaalziende en slechtziende groepen. Maar wel dat slechtzienden in verkeersdrukte gemiddeld langzamer fietsen of druk verkeer liever vermijden. En dat ze meer tijd nemen om lastige kruisingen over te steken. Met andere woorden: dan passen ze zich aan. Ook zelfvertrouwen is belangrijk om te kunnen fietsen

met een visuele functiebeperking. De redenen voor sommige slechtziende mensen om te stoppen met fietsen zijn voor andere slechtziende verkeersdeelnemers géén redenen om de fiets vaarwel te zeggen.

### Niet verbaasd

De uitkomsten hebben Bart Melis niet verbaasd. "Veiligheid in het verkeer heeft veel meer te maken met gedrag dan met hoe goed iemand kan zien. Iemands gezichtsvermogen is geen goede voorspeller of hij veilig kan fietsen of niet. Bij veilig fietsen spelen twee factoren een rol: gezichtsscherpte, dus detailzien, en gezichtsveld, dus overzicht. Als verkeersdeelnemer hoef je niet per se alle details te kunnen onderscheiden, zoals nummerplaten. Wij trainen mensen om met hun verminderde gezichtsscherpte om te gaan door te compenseren en op de belangrijkere zaken te letten. Een verminderd gezichtsveld kan problematisch zijn, want je kunt objecten missen, bijvoorbeeld iemand die jou inhaalt. Wij trainen mensen om veel oog- en hoofdbewegingen te maken, en zo hun omgeving te scannen."

Bart Melis deed onderzoek naar het fietsgedrag van slechtzienden.



### Ken je grenzen

Bart Melis noemt de uitkomsten van het onderzoek 'voor veel mensen verrassend en bemoedigend'. "Het bevestigt dat je vrij lang zelfstandig kunt fietsen. Er zijn meer mogelijkheden dan velen denken. Volg eventueel een training. Ik heb meegemaakt dat mensen daarna weer vol zelfvertrouwen op de fiets durfden. Of de driewielers ontdekten en er huilend van blijdschap op wegfietsten.

Slechtziende mensen krijgen van hun omgeving vaak te horen dat ze beter niet meer op de fiets kunnen stappen. Maar dat heeft een enorme impact. Natuurlijk moet je niet doorgaan met fietsen als het onveilig wordt. Laat je voorlichten over alle mogelijkheden, en (her)ken je grenzen." ■

Met de uitkomsten van het fietsonderzoek worden de cursusboeken bij Visio en Bartiméus herschreven en krijgen de trainers nieuwe informatie over hoe zij slechtziende fietsbestuurders kunnen adviseren. Het onderzoek wordt ook gedeeld met organisaties als de fietsersbond en de ANWB.

## Handig Handzame, snelle leespen: OrCam Read

Waar je ook wilt: snel even een tekst lezen, dat kan met de OrCam Read. Deze handzame leespen heeft de grootte van een aansteker met vier bedieningstoetsen. Met een druk op de knop activeer je de laser van OrCam Read. Daarna wordt de tekst razendsnel herkend en voorgelezen. Het apparaat kan elk type tekst lezen vanaf elke gewenste punt in de tekst. Een

kleine ingebouwde luidspreker of een verbonden Bluetooth-apparaat leest de geselecteerde tekst voor. Een internetverbinding is niet nodig. Natuurlijk is dit hulpmiddel te gebruiken voor brieven en andere grote teksten. Maar deze is ook heel handig voor het lezen van etiketten van potten en blikken, borden in de

openbare ruimte, enzovoort. Elke tekst die je fotografeert, zal de leespen voorlezen. Op welke ondergrond de tekst ook staat.

Prijs € 1.990. Vergoeding door zorgverzekeraar is mogelijk. Leveranciers: Optelec Nederland, slechtziend.nl (OrCam Read Pen - voorleesapparaat). ■

Met dank aan Wim Pierik, kennismakelaar Koninklijke Visio



# 'Petje af voor mensen die met een visuele beperking moeten leven'

Een rasechte Zeeuw en een 'druk baasje'. Zo omschrijft Karel de Wee (bijna 85 jaar) zichzelf. Met zijn gezin woont hij al vijftig jaar in Grave waar hij manager was van het PTT-kantoor. "In mijn begintijd ontving ik de Stem van Grave. Sindsdien ben ik donateur." Na veertig jaar PTT vond hij het welletjes en ging hij met vervroegd pensioen.

door Corné Verschuren

Het zijn van een 'druk baasje' heeft vooral betrekking op het samen met zijn vrouw genieten van hun vrije tijd. "Ik ben met 57 jaar met pensioen gegaan. In september hoop ik 85 te worden. Ik heb alles uit mijn pensioen gehaald."

Het stel is dol op reizen, vooral naar Azië. De laatste jaren kijken ze uit naar hun jaarlijkse reis naar Portugal. Daarnaast speelt Karel een keer per maand orgel in de protestantse kerk.

En dan is er nog het gezin. Vier kinderen, kleinkinderen en drie achterkleinkinderen. "Het was fijn dat opa en oma konden oppassen toen ze nog klein waren. Nu kunnen ze het ook zonder ons."

### Manager postbestellers

Karel de Wee is geboren en getogen in Goes. Na zijn middelbare schooltijd trad hij in dienst bij de PTT als loketambtenaar. Via de Achterhoek komt hij uiteindelijk in Grave

terecht. Inmiddels was Karel opgeklommen tot manager van de afdeling postbestellers. In Grave krijgt Karel voor het eerst te maken met mensen met een visuele beperking. "Ik weet nog goed dat ze op het postkantoor kwamen om de lijvige brailleboeken terug te sturen. Tegenwoordig is dat allemaal gemoderniseerd."

### Gewone leven

Karel en zijn gezin wonen al zo'n vijftig jaar in Grave. "We kennen inmiddels al heel wat mensen van Visio", zegt Karel. De Stem van Grave wordt elke drie maanden goed gelezen. "Ik lees alle verhalen over mensen met een visuele beperking en de activiteiten die ze doen. Daar draag ik graag een financieel steentje aan bij. Mensen met een visuele beperking moeten aan het gewone leven kunnen deelnemen. Bewonderingswaardig hoe zij zich zonder zicht door het leven slaan. Zolang ik leef blijf ik donateur." ■



Karel blijft zijn hele leven donateur van de KSBS.



Peter is onder meer ambassadeur van de KNGF.

Oogziekte Peter Meuleman openbaarde zich p

# Lastig, maar einde van

De mededeling dat je langzaam blind wordt, kan een mens gek maken. Peter Meuleman uit Eindhoven maakte het zo'n twintig jaar geleden mee. Hij voelde zijn leven richting de afgrond gaan, zijn erfelijke oogziekte had invloed op zijn gemoedstoestand en op alles wat hij deed. Het was uiteindelijk zijn dochter die hem terug op aarde bracht.

door John van Enkevort | foto's John Smits

"Ik zie veel meer dan ik eigenlijk zie", zo begint Peter Meuleman wat cryptisch zijn verhaal. "Mijn hersenen vullen namelijk mijn onvolledige gezichtsveld aan. Handig, zou je denken, maar dat is het juist niet. Ik kan er niet op vertrouwen omdat ze enkel tonen wat ze verwachtten te zien. Een per ongeluk achtergelaten voorwerp op de vloer dus niet, daar struikel ik dan geheid over. Thuis is dat stom, in het verkeer kan het levensgevaarlijk zijn."

### Verliefd

Wanneer Peter met de nodige humor zijn ervaringen en overpeinzingen de wereld instrooit, is het moeilijk voorstelbaar

## Vrij Toegankelijk Openluchtmusical Joke Mans: 'De heilige Antonius was mijn houvast'

door Corné Verschuren

Joke Mans (68) uit Kerkrade bezocht in het Openluchttheater De Doolhof in Tegelen de spektakelmusical Het was zondag in het zuiden. Ze heeft een erfelijke oog-aandoening waardoor haar zicht beperkt is. "Zonder audiodescriptie had ik de voorstelling niet kunnen volgen."

Joke doet vrijwilligerswerk voor de Oog-

vereniging Nederland en diverse Nederlandse gemeenten. Ze toetst voor hen onder meer de toegankelijkheid van theatervoorstellingen voor mensen met een visuele beperking.

De musical gaat terug naar 1993. Rivier de Maas treedt binnen een paar dagen buiten haar oevers. De hoge waterstand leidt tot onder meer onderlinge spanningen in families, kibbelende gemeenteraden en veel menselijk leed. Meer dan honderd acteurs, zangers en

figuranten vertellen het tragische verhaal. Een enorm decor, 200.000 liter (regen)water en de muziek van Rowwen Hèze zorgen voor de kers op de vlaai.

Joke maakte gebruik van audiodescriptie. "Na een inleiding kregen we een headset met oortjes omgehangen. Daarop was te horen welke personages er in het stuk waren en hoe het immense decor eruitzag. Tijdens de voorstelling hoorden we wat er op het podium

te zien was. Bijvoorbeeld: 'iedereen staat op tafel'. Mijn fantasie werd er wel door geprikkeld. In elke hoek van het decor gebeurde er iets. Soms stonden er wel 80 mensen op het podium."

Het stuk maakte gebruik van een verteller: de heilige Antonius. "Zonder hem had ik het verhaal niet begrepen. Tussendoor vertelde hij over de volgende scène in het verhaal en lichtte sprongetjes in de tijd toe. Als hij sprak



bas op latere leeftijd

# Maar niet het de wereld

welke diepgaande worsteling hij heeft door- gemaakt. Opgegroeid in Hoevelaken ging hij studeren aan de TU in Eindhoven. “Mijn vrienden gingen allemaal naar Amsterdam of Utrecht, ik wilde na mijn studie ook die kant op. Toen bleek Eindhoven echter een geweldige stad te zijn waar ik me heel erg thuis voelde.” Hij wordt er bovendien verliefd op Windy, die in hetzelfde studentenhuus woont. Samen bouwen ze aan een geweldig leven, Peter maakt snel carrière bij Philips als systeemarchitect. “Een veeleisende, stressvolle baan waarin ik mezelf kon ontwikkelen en kon groeien, precies wat ik wilde.”

## Duistere periode

Na een drukke vergadering in 2003 bezoekt Peter de oogarts, voorafgaand aan een afspraak met Windy. Het gaat om een klein ongemak: mouches volantes, zwarte draadjes in het gezichtsveld. De

arts ontdekt echter nog iets: retinitis pigmentosa, een ernstige erfelijke oogziekte. “Artsen zijn vaak slecht in slechtnieuwsgesprekken en deze was daarop geen uitzondering. Zonder aanloop zei hij bot dat ik waarschijnlijk blind zou worden en dat daar niets aan te doen is.” Totaal verwaasd stapt hij vervolgens bij Windy in de auto, het begin van een duistere periode waarin blind worden zijn leven totaal beheerst.

“Mijn omgeving reageerde natuurlijk geschrokken, voor mij voelde het als een diepe afgrond. Als wetenschapper probeer je vervolgens grip op de situatie te krijgen. Bijna maniakaal ging ik op zoek naar behandelingen of oplossingen. Ik belde met artsen in de VS, probeerde mindfulness en schurkte op een gegeven moment zelfs tegen de wereld van de charlatans aan. Dat er geen remedie was, bleef echter recht overeind staan.”

stonden alle acteurs ‘als bevroren’ op het toneel.”

Via audiodescriptie was het stuk goed te volgen. “Alleen als Rowwen Hèze speelde moest ik de headset wel iets harder zetten, maar dat was niet storend. Je moest soms wel snel schakelen. Het verhaal tipte de belangrijkste gebeurtenissen in die periode lichtjes aan. Het was een komisch en feelgood verhaal.” ■



Joke volgde de musical via audiodescriptie.

FOTO: ROY BEUSKER EN ANNEMIEKE VAN DER TOOT

## Eenzaam

Ondertussen begint de ziekte zich te openbaren. Telkens gaan kleine deeltjes van zijn gezichtsveld knippen, om uiteindelijk op zwart te gaan. “Zo raak je steeds meer gezichtsveld kwijt.” Tegelijkertijd had een deel van zijn vrienden, kennissen en collega’s moeite om belangstellend te blijven. “Als de achteruitgang niet goed zichtbaar is – ik kon me nog steeds redelijk redden – is het net alsof de gedachte geleidelijk postvat dat ik het allemaal verzin. Daardoor voel je je ook nog eens heel eenzaam in het proces dat je doormaakt.”

## Eerlijk

Binnen het gezin Meuleman wordt over alles open gesproken, Peters oogziekte is geen uitzondering. Op een avond in 2011 bracht hij zijn toen bijna 9-jarige dochtertje naar bed en zij vroeg hem: ‘Pap, je wordt blind he?’ Peter: ‘Ik gaf eerst een ontwijkend antwoord, schermde met onderzoek en therapie. Daar nam ze geen genoegen mee, ze stelde de vraag opnieuw. Nu zei ik wel eerlijk dat dit inderdaad het geval was. Waarop ze reageerde met: ‘Dat lijkt me lastig’. En ze voegde daar vrij snel aan toe: ‘Krijgen we nu een hondje?’”

## Fier

Lastig. Maar niet het einde van de wereld. Deze nuchtere reactie was voor Peter precies wat hij nodig had om zijn eigen fatalisme vaarwel te zeggen. Vanaf dat moment ging het roer om. “Ik leerde stoklopen en was niet langer tegen een blindengeleide hond. Eerst beschouwde ik het nodig hebben van een hond als de onderste tree van de menselijke ladder. Het werkte echter juist als een openbaring. Waar ik me eerst met mijn matige zicht zo klein mogelijk maakte om tegen niemand op te botsen, ging ik nu weer fier recht op lopen. Mijn hond Inca bracht me, laverend langs alle mogelijke obstakels, altijd perfect op mijn plek van bestemming.”

## Basgitaar

Lang hield Peter zijn werk aan, zij het enigszins aangepast. “Desondanks was het stressvol en vroeg het veel van me. Vandaar dat ik uiteindelijk besloten heb met werken te stoppen, wat financieel ook mogelijk was. Ik doe nu de dingen die ik leuk vind, ben blij met mijn leven en probeer tegelijk iets voor de samenleving terug te doen. Zo speel ik voor de lol basgitaar in twee rockbands, maar ben ik ook vrijwilliger bij museum Muzieum en begeleid ik jonge technenuten met hun startupbedrijven. Daarnaast geef ik humoristische en inspirerende lezingen, voor patiëntenvereniging Mens Achter de Patiënt, als ambassadeur voor de geleidehondenopleiding KNGF en op persoonlijke titel.”

## Oude dag

Zeer recent is hond Inca 10 jaar geworden, de onverbiddelijke pensioengerechtigde leeftijd voor elke blindengeleide hond. Inca gaat bij de familie Meuleman van een heerlijke oude dag genieten. Een nieuwe hond komt er niet: “Mijn besluit hierover staat vast. Op de eerste plaats omdat ik me steeds beter red. Mijn gezichtsvermogen gaat achteruit, maar mijn zelfvertrouwen groeit. Daarnaast wil ik graag als persoon worden gezien. Wanneer Inca bij me is, gaan gesprekken altijd over hoe knap zulke honden zijn. En anders gaat het over mijn blindheid. Daar heb ik ondertussen wel genoeg van. Ik wil praten over de interessante dingen die ik aan het doen ben. En die jij doet.” ■



Visio Internationaal richt zich op een aantal focuslanden waar men langere tijd mee wil samenwerken. In dit nummer besteden we aandacht aan de situatie van blinden en slechtzienden in Ghana. We spreken met Israel Akrobortu, regionaal directeur Jeugdzorg, van het ministerie van Gender, Children and Social Protection in de Volta-regio.

## Israel Akrobortu: 'Ondersteuning van de ouders is net zo essentieel'

door John van Enckevort

### Wie ben je?

Ik ben Israel Akrobortu, 50 jaar oud. Getrouwd met Sophia en samen hebben we een zoon, Samuel. We wonen in Ho, de hoofdstad van de Volta-regio in Ghana. Aan de Cape Coast-universiteit ben ik afgestudeerd in economie en sociologie, daarna heb ik me via vele opleidingen gespecialiseerd in de rechten en het welzijn van kwetsbare kinderen.

### Waar werk je?

Al 21 jaar ben ik hier in de Volta-regio directeur Jeugdzorg, een overheidsinstelling verbonden aan het ministerie van Gender, Children and Social Protection. In een notendop zet ik me als sociaal werker in voor de rechten van kinderen. Via overheidsadvies en directe ondersteuning, maar ook door de omgeving van kinderen met een beperking begripvoller en zacht(er) voor hen te maken.

### Wat doet jouw organisatie voor kinderen met een visuele beperking?

Samen met andere organisaties en met het team van Visio Internationaal zorgen we ervoor dat kinderen met een visuele beperking naar de juiste school gaan. Afhankelijk van hun beperking kan dat een speciale of een reguliere school zijn. Wanneer er voldoende geld is, helpen we deze kinderen met hun opleiding en ondersteunen we ze. Op medisch gebied zorgen

we voor medicijnen, brillen of betalen we operaties.

### Wat heb je geleerd van de trainingen van Visio Internationaal?

Onder andere inzicht in wat een kind nog kan zien, hoe je goed met ze communiceert en hoe je deze kinderen laat integreren in de samenleving. Maar ook wat je níet moet doen. Als sociaal werker moet je deze kinderen bijvoorbeeld nooit je eigen angst, je overbezorgdheid of je pessimisme laten zien. Jij moet ze juist meer hoop en vertrouwen geven.

### Julie hebben steungroepen voor ouders in het leven geroepen. Hoe gaat dat in zijn werk?

We leren ouders via trainingen hun kind en de beperking te begrijpen, en om daar goed mee om te kunnen gaan. Daarvoor laten we ouders elkaar hun verhalen vertellen. Zo vertelde een moeder dat haar kind - uit frustratie - de spiegel in huis had gebroken. Ze was daar erg kwaad om en wilde haar kind straffen, maar mede dankzij de trainingen liet ze het toch gaan. In een andere groep zei een moeder moedeloos te raken wanneer ze over de situatie van haar zoon nadacht. Meteen staken de andere leden van de groep haar een hart onder de riem: haar zoon zal, met de juiste training, echt tot een zelfstandig persoon kunnen uitgroeien. Zo steunen ouders elkaar. ■



Kim van Iersel, Monique Meulen, Wim Pierik & Frank Ter Beek schrijven beurtelings deze column. Frank is slechtziend geboren. Werkt op de school in Grave als docent en is daarnaast ook beeldend kunstenaar.

## Blindganger

### Alles went, hoewel?

"Ik durf het wel aan, maar dan moet ik je wel verdoven". Ik was op advies van Truus Rütter naar deze oogarts gegaan. Tot dan toe had iedere oogarts mij geadviseerd voorlopig niets te doen aan de staar in mijn ogen. De staar zat er al van jongs af aan. En de risico's zouden groter zijn dan de winst. Maar deze oogarts zag dat anders. Mijn zicht was door de nystagmus altijd al heel beperkt, maar de laatste jaren ging het echt achteruit. Ik moest de sprong maar wagen vonden we samen.

Peuteren in mijn ogen vind ik niet zo erg. Al 40 jaar droeg ik contactlenzen, maar zo'n prik als verdooving... dat was spannend. Doordat mijn ogen nooit stil staan, waren verdoovingsdruppels niet genoeg. Maar wie ik er ook over sprak; iedereen die een staaroperatie had meegemaakt zei hetzelfde: 'pijn' konden ze zich niet herinneren.

Een staaroperatie is een van de meest uitgevoerde ingrepen. Dus met vier tegelijk lagen we in de rij klaar voor de operatiekamer. Iemand voor mij was exact 12 minuten in de operatiekamer. Een behandeling bij de tandarts duurt langer. En die verdooving: ja, hij was vervelend. Maar hij werkte goed. Het lukte de oogarts om de nieuwe lenzen met de juiste correctie precies goed te plaatsen. Een paar uur later begon ik al weer te zien.

Het was niet anders dan bij andere mensen na een staaroperatie: er ging een nieuwe wereld open. In de dagen erna werd alles helderder, frisser, kleurrijker en vooral ook scherper. Natuurlijk zie ik nog steeds weinig, maar voor mijn gevoel zie ik scherper dan ik ooit gezien heb. Bijzonder, want wat er niet is aan gezichtsscherpte kun je ook niet terugkrijgen. Een bijkomend effect bleek echter dat mijn ogen rustiger werden. De nystagmus nam af. Daardoor is nu het focussen gemakkelijker. En het gedoe met lenzen is helemaal voorbij.

Omdat ik gewend ben mijn gedrag en mijn omgeving aan te passen op mijn slechte zicht, had ik niet door hoeveel winst er nog te halen viel. Ik kan nu weer jaren genieten van het lezen van kleinere letters, het beter herkennen van mensen en meer zicht in de verte. Alles went, ook slechter wordend zicht. Maar soms kun je het jezelf toch gemakkelijker maken. Ook als daarvoor een prik onder je oog nodig is. ■



Israel Akrobortu zet zich in voor de rechten van kinderen.

### Samenwerking

Visio Internationaal probeert in Ghana de leeromstandigheden voor blinde en slechtziende scholieren te verbeteren door onder andere trainingen aan de leerkrachten en het beschikbaar stellen van specialistisch (les)materiaal. Het werk van Visio in Ghana wordt mede gefinancierd door de KSBS. Dankzij uw donatie krijgen deze kinderen een betere toekomst.

Iedereen kent wel iemand in zijn omgeving die last heeft van bijziendheid. Met een bril of contactlenzen is die bijziendheid gemakkelijk op te lossen. Of heeft bijziendheid nog meer gevolgen? En is het überhaupt te voorkomen? Over deze en andere vragen sprak ik met De Optometristen Vereniging Nederland. Een optometrist is iemand die de ogen van patiënten onderzoekt. Hierbij wordt niet - zoals bij de opticiens - alleen maar gelet op de gezichtsscherpte. De optometrist let daarnaast op de gezondheid van de ogen.

door Jenneke van Dongen



Myopie komt steeds vaker voor.

# Myopie ofwel bijziendheid

### Wat is myopie precies?

Myopie wordt ook wel bijziendheid genoemd en is een brekingsafwijking (refractie-afwijking) van het oog. Wanneer de sterkte van het hoornvlies en de ooglens niet goed in verhouding staan tot de lengte van de oogbol dan vallen de lichtstralen uit de buitenwereld bij het in de verte kijken niet precies samen op het netvlies. Er is dan sprake van een refractie- of brekingsafwijking. Bij myopie kan iemand ver weg niet scherp zien, maar van dichtbij wel. Vandaar dat het in de volksmond ook wel bijziendheid wordt genoemd. Myopie is dus geen oogziekte, maar een refractiefout in het optische systeem van het oog.

### Hoe ontstaat myopie?

Myopie ontstaat omdat het oog te lang is, of omdat er een sterke kromming van het hoornvlies en/of de ooglens is, waardoor het brandpunt van de lichtstralen voor het netvlies samenkomt. Hierdoor wordt een wazig beeld op het netvlies geprojecteerd. De oplossing hiervoor is een bril of contactlenzen met een min-sterkte.

### Wanneer ontwikkelt myopie zich?

Myopie kan zich op jonge leeftijd ontwikkelen, maar ook op volwassen leeftijd. Een heel kleine groep mensen heeft bij de geboorte myopie.

### Waarom gaat bij de een de brilsterkte meer of sneller achteruit dan bij een ander?

De genetische gevoeligheid speelt hierbij een rol. En de invloed van externe factoren zoals buiten spelen en nabijwerk (lezen, op schermen van telefoon of iPad kijken) zorgen ervoor dat er onderlinge verschillen zijn in het verergeren van de myopie.

### Heeft een erfelijke factor ook invloed?

Zeker, kinderen met ouders die bijziend zijn, hebben meer kans om zelf ook bijziend te worden.

Er zijn meer dan 400 genen gevonden, die een rol spelen bij de ontwikkeling van bijziendheid.

### Is er een manier om de achteruitgang van het zicht te stoppen of remmen?

De groei van het kinderoog vindt plaats tot ongeveer twintig jaar, dus tot die tijd kan er invloed uitgeoefend worden op het remmen van de myopie. Dit kan onder andere door het aanpassen van de levensstijl (minder op het beeldscherm en minder nabij kijken) en het toepassen van de 20-20-2 regel: Wanneer je 20 minuten dichtbij hebt gekeken moet je 20 seconden even weggijken en per dag minimaal 2 uur naar buiten gaan.

Veel buiten spelen op de kindereleeftijd is de sterkst beschermende factor die we tegenwoordig kennen. Aan de genen kunnen we (nog) niets veranderen, aan de leefstijl wel. Veel dichtbij kijken op jonge leeftijd zorgt voor (extreme) lengtegroei van het oog. Buitenlicht en ver weg kijken compenseren deze lengtegroei en remmen dit zelfs. Helaas kan een oog niet krimpen dus voorkomen is de enige oplossing.

Het belangrijkste doel van de behandeling van kinderen met progressieve myopie is het voorkomen van hoge myopie, of – als het kind al hoge myopie heeft – de sterkte zoveel mogelijk te beperken.

### Komt het nu vaker voor dan 10, 20, 30 jaar geleden?

In de Nederlandse media hoor en lees je het met regelmaat: steeds meer kinderen worden bijziend.

Een groot probleem, want myopie veroorzaakt door een te lang oog – de meest voorkomende vorm – een vergrote kans op oogziekten. De toename van myopie zou ontstaan doordat kinderen tegenwoordig vele uren per dag intensief naar schoolwerk of een beeldscherm staren, waardoor hun ogen niet goed meer kunnen focussen. Dat stimuleert lengtegroei van het oog. Ook zijn kinderen minder vaak buiten, terwijl daglicht juist belangrijk is voor gezonde groei en ontwikkeling van het oog. Het aantal bijzienden in de wereld is de laatste decennia sterk toegenomen. In Azië is het probleem het grootst; uit studies blijkt dat in landen als Taiwan, Zuid-Korea en Singapore nu 80-90% van de twintigjarige bevolking bijziend is. Vroeger was dit rond de 20%. Ook in Europa zou een toename gezien zijn en zou gemiddeld 1 op de 3 personen bijziend zijn; dit is bij 60-jarigen 1 op de 4, maar bij de jongere generaties stijgt dit al tot 1 op de 2.

Er is ook een groep wetenschappers sceptischer: is het probleem echt wel zo groot? Zij geven aan dat in Azië de myopie sterk toeneemt onder de bevolking tot 60% maar daarentegen in Noorwegen minder dan 15% myoop is. Zij twijfelen daarom of het mondiaal toeneemt.

### Kan myopie, die je op jonge leeftijd ontwikkelt, gevolgen hebben op latere leeftijd?

Ja, bij hoge myopie, je moet dan denken aan -6,00 dioptrie en hoger, heb je een verhoogd risico op het ontwikkelen van een aantal oogziekten, zoals netvliesloslating en glaucoom op latere leeftijd. ■

Dankzij uw donatie kan de KSBS jaarlijks vele projecten voor blinde en slechtziende mensen steunen. .  
Meer weten over ons werk? Kijk op [www.ksbs.nl](http://www.ksbs.nl)

# Portret van een leerling

**Elin Willemse,**  
**12 jaar**  
De Ratel VSO  
(Visio Speciaal  
Onderwijs)



## Een hardrocker pur sang

door **Corné Verschuren** | foto **Boyd Brian Smith**

### In welke groep zit je?

Ik zit in De Ratel van Visio Speciaal Onderwijs in Breda.

### Waar woon je?

Papa en mama wonen allebei in Waalwijk. Ik woon om de beurt bij papa of mama. Ik heb nog een broertje Rune (9) en een zusje Jippe (2).

### Hoe ga je naar school?

Ik ga elke dag met de bus naar school. Ik moet al om kwart over zeven opstaan. Veel te vroeg. Ik blijf liever nog even liggen, zodat ik fit naar school kan gaan. We zitten met negen kinderen in de klas van juf Mariola. 's Middags ben ik om kwart voor vijf thuis.

### Wat kun je nog zien?

Ik kan nog best wel wat zien. Ik lees in braille, maar kan ook nog gewoon

lezen. Dan moet ik het wel dicht bij mijn ogen houden. Als de juf iets wijzigt op het digibord, dan zie ik dat wel meteen.

### Wat vind je leuk en niet leuk op school?

Ik vind de muziekles met meester Stef het leukst om te doen. Zwemmen en gym vind ik niet zo leuk. Eigenlijk gewoon stom. Ik heb geen zwemdiploma. Soft Play vind ik wel leuk. Dat is een parcours met zachte kussens en gymmatten. Daar kun je opklimmen en vanaf glijden.

### Je bent ook fan van hardrockmuziek. Hoe komt dat zo?

In de klas schrijf ik de titels op van de nummers van Muse, Metallica en Queens of the Stone Age. Mijn favoriete nummer van Metallica is master of puppets. Ik ben in juni nog naar een optreden van Muse

geweest. Ik zoek de nummers ook op YouTube en speel ze dan af. Mijn vader is ook fan. Hij koopt weleens T-shirts voor mij.

### Wat was er laatst in het Stedelijk Museum in Breda te doen?

Een tentoonstelling met als thema 'Opnieuw'. Ik heb toen voor Metallica een collage gemaakt voor de hoes van het nieuwe album. Dat was te zien in het museum. Samen met meester Stef heb ik ook een podcast gemaakt. Via een QR-code kon je de podcast beluisteren.

### Heb je nog meer helden?

Jawel, Mark Rutte! Samen met een begeleider ben ik naar Den Haag gegaan om alvast te kijken waar het optreden van Muse zou zijn. Toen zijn we ook nog naar het Binnenhof gelopen. Mark Rutte was aan het werk in het 'torentje'. Hij kwam meteen naar buiten. We zijn samen op de foto gegaan."

### Wat doe je als je niet achter de computer zit?

In de klas werk ik graag met strijk-kralen. Dan maak ik vierkanten, rondjes en sterren. Maar ook kettingen. Wat ik maak geef ik weg aan anderen.

### Volgens je moeder houd je ook van 'lekker' eten?

(Met een lach op haar gezicht) Ja, maar ik eet het liefst ongezond. Alles wat vet en ongezond is: pannenkoeken, frites en McDonalds. Bij mijn oma in Limburg eet ik altijd vlaai of wafels. Ook chocolademelk vind ik lekker, maar dan alleen de enige echte. ■

## Colofon

De Stem van Grave verschijnt vier keer per jaar en wordt uitgegeven door de Katholieke Stichting voor Blinden en Slechtzienden (KSBS), Grave. | ISSN 1383-0260

**Eindredactie** Jenneke van Dongen, destemvangrave@ksbs.nl, T 06 39 41 36 83  
**Redactie** Frieda Emmerik, Lenny Melsen, Marja Brouwer, Mirian Brenkman, Monique Meulen, Wim Pierik  
**Redactionele medewerking** Corné Verschuren, Jenneke van Dongen, John van Enckevort, Thea Westerbeek  
**Correcties** Jac Lemaire  
**Vormgeving** Weijsters & Kooij vormgevers  
**Druk** Weemen, Haps

**Donateursadministratie**  
Postbus 50, 5360 AB Grave  
T 06 39 41 36 83, donateurs@ksbs.nl  
**Bank NL91 INGB 0001 1122 33**  
Wij verzoeken u adreswijzigingen schriftelijk of via mail door te geven.

### Gesproken vorm

De Stem van Grave verschijnt ook op daisy voor mensen met een leeshandicap.

### Streamen of downloaden

Abonnees kunnen zich hiervoor aanmelden bij de CBB via: klantenservice@cbb.nl, T (0341) 56 54 77.  
Nog geen abonnee?  
Meld je dan aan via info@ksbs.nl.

### KSBS

De KSBS verleent financiële ondersteuning aan projecten en activiteiten in Nederland en ontwikkelingslanden. De KSBS zet daartoe giften en legaten van mensen in die het werk van de KSBS en De Stem van Grave ondersteunen. Giften zijn binnen bepaalde grenzen deels fiscaal aftrekbaar. Schenkingen van vijf jaar via een schriftelijke overeenkomst zijn geheel aftrekbaar. Zie [www.ksbs.nl](http://www.ksbs.nl) voor meer informatie.

## Adressen revalidatie & advies

Koninklijke Visio, expertisecentrum voor blinde en slechtziende mensen heeft vestigingen in het hele land. Kinderen en volwassenen kunnen hier terecht voor advies, revalidatie en voorlichting over hulpverleningsmogelijkheden.

Locaties Visio in Zuid-Nederland:  
**Breda** T 088 585 87 00  
Heerbaan 14-4, 4817 NL  
**Eindhoven** T 088 585 88 80  
Dr. Holtroplaan 15-39, 5652 XR  
**Goes** T 088 585 95 00  
Stationspark 2, 4462 DZ  
**Nijmegen** T 088 585 89 40  
Javastraat 104, 6524 MJ  
**Sittard** T 088 585 88 00  
Arendstraat 1A, 6135 KT  
**Vught** T 088 585 88 80  
Vlasmeersestraat 99, 5261 TB

Elke locatie heeft een ruimte waarin hulpmiddelen voor blinde en slechtziende mensen te zien en uit te proberen zijn.

Kijk voor alle vestigingen en voor scholen en woon- en dagvoorzieningen van Koninklijke Visio op [www.visio.org](http://www.visio.org).



# Ja

ik wil donateur worden van de KSBS



en ontvang elk kwartaal het informatieblad De Stem van Grave. Ik ontvang het blad graag:

- per post  
 digitaal via e-mail

Stuur deze ingevulde bon in een envelop naar KSBS, Postbus 50, 5360 AB GRAVE.  
Of mail de gegevens naar [info@ksbs.nl](mailto:info@ksbs.nl).

### Kruis uw keuze aan:

- Ik maak jaarlijks een bedrag over naar het rekeningnummer van de KSBS:  
NL95 RABO 0117 1036 32
- Ik machtig de KSBS om 1 x per jaar / halfjaar een bedrag van € \_\_\_\_\_ van mijn bankrekening af te schrijven.

### Mijn gegevens

Voorletters \_\_\_\_\_  dhr  mw

Achternaam \_\_\_\_\_

Adres \_\_\_\_\_

Postcode \_\_\_\_\_

Woonplaats \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

IBAN \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Plaats \_\_\_\_\_

Handtekening \_\_\_\_\_