

# De Stem van Grave

Uitgave van de KSBS | Berichten uit de wereld van slechtziende en blinde mensen

## Iedereen doet mee!

Het is een drukte van belang in de binnenstad van Breda. Overal vandaan lopen en fietsen mensen naar het parcours van de Singelloop. Er wordt gerekt en gestrekt voor de start. In het Valkenbergpark verzamelt zich ondertussen een groep bewoners van de Blauwe Kamer van Visio. Ook zij doen vandaag mee aan de Singelloop.



Alle deelnemers zijn trots op hun medaille.

# Singelloop Breda

door Jenneke van Dongen | foto's Boyd Brian Smith

Ingeborg Jacobs, begeleider bij de Blauwe Kamer van Visio, vertelt dat het de tweede keer is dat ze met een grotere groep cliënten meedoen. "Voorheen waren er wel een paar bewoners, die meededen met de 5 km prestatierun, maar voor de meeste van onze bewoners was dat niet haalbaar. Sinds vorig jaar is er de 5 km 'walking & wheeling', speciaal voor mensen, die niet kunnen hardlopen. Die 5 km is voor de meeste van onze bewoners ook nog een beetje te ver en het zou ze bovendien ook te veel prikkels geven. Wij mogen met onze groep instromen in het parcours hier in het park. Vanaf hier is het dan nog anderhalve kilometer naar de finish. Perfect voor ons! Het is mooi dat we mee kunnen doen aan dit

prachtige Bredase evenement, dat zo toegankelijk is voor iedereen."

### Opwarmen

Zo'n 12 bewoners van de Blauwe Kamer warmen zich in het zonnetje al op voor de start van hun anderhalve kilometer. Het is een prachtige, zonovergoten dag. Ideaal om, samen met hun begeleiders, door het park naar de finish op de Markt te wandelen. Alyssa heeft er zin in. "Heb je toevallig geen Spotify op je telefoon staan, zodat we alvast een warming-up kunnen doen?", vraagt ze aan Ingeborg. Jan is er ook al helemaal klaar voor. Wat hem betreft kunnen ze beginnen. Vandaag is Arno zijn begeleider. Normaal gesproken is Arno eens per

maand zijn fietsvrijwilliger, maar vandaag wandelen ze samen. Jan: "Het is leuk om samen te fietsen op de duofiets. Dan fietsen we naar het bos, maar we stoppen ook altijd bij een cafeetje om iets te drinken."

### Hardlopen

Voor sommige bewoners heeft het meedoen aan de Singelloop vorig jaar een vervolg opgeleverd. Aline wandelde vorig jaar voor het eerst mee en wilde daarna wel eens hardlopen. Nu loopt ze elke week op de loopband. Vandaag doet ze mee aan de anderhalve kilometer, maar wie weet rent ze volgend jaar wel de 5 km mee.

Guus loopt al langer hard. Hij is een van de drie bewoners, die vandaag

aan de 5 km hardlopen meedoen. Janneke Stevens, bewegingsagoog bij de Blauwe Kamer, is zijn vaste begeleider. Guus, die blind is, houdt het ene eind van een lint vast en Janneke het andere eind. Bang om te struikelen is hij niet. "Door het lintje voel ik naar welke kant we moeten lopen. Dan trekt Janneke een beetje naar links of naar rechts. En ze zegt het ook wel, bijvoorbeeld 'bocht naar rechts' of 'drempel.'" Janneke: "Wij rennen de 'walking & wheeling' route en het voordeel van die route is dat er nauwelijks drempels zijn. En we zijn natuurlijk ook wel op elkaar ingespeeld nu we al een hele poos samen regelmatig hardlopen."

lees verder op pagina 2



Blij met de avonturentuin

pagina 4



Navigeren in NEMO

pagina 5



Livvy is dol op voetbal

pagina 8

Guus geniet volop van het rennen. “Sporten en muziek, dat zijn mijn hobby’s. De Bredase DJ Hardwell, die vind ik heel goed.”

De 12 bewoners die gaan wandelen, wachten in het park op de 5 km renners van Visio. Als zij langsrennen worden ze uitbundig toegejuicht. En dan wordt het tijd voor hun wandeling. De een staat nog te kletsen over haar werk en een verjaardag, die in het verschiet ligt, terwijl anderen inmiddels staan te trappelen om te mogen beginnen. Nog even een lik zonnebrand op de gezichten en dan gaan ze van start!

### Aangemoedigd en toegejuicht

Langs het parcours is het inmiddels drukker en drukker geworden. Op bijna elke straathoek is er muziek. Swingende salsamuziek, Nederlandse

meezingers, het verhoogt de sfeer voor de toeschouwers en de meelopers. De 5 km renners, de anderhalve km wandelaars, iedereen wordt uitbundig aangemoedigd. Op de Grote Markt in Breda is de grootse finish, waarna iedereen een prachtige medaille krijgt omgehangen. Glunderend en beretrots op hun medaille verzamelen ze na afloop weer in het park. “Mensen riepen mijn naam en ik kreeg heel veel applaus”, aldus een blijde Guus.

### Meedoen

‘Meedoen mogelijk maken’ is een slogan van Koninklijke Visio. Dat werd bij de Singelloop in Breda zichtbaar gemaakt door de deelname van mensen met een verstandelijke en visuele beperking aan een loop en wandeling, die daadwerkelijk voor iedereen toegankelijk is. ■



Het zijn stuk voor stuk kanjers, de lopers en renners van de Blauwe Kamer.

De AMGEN Singelloop Breda is een jaarlijkse stratenloop door het historisch centrum van Breda, langs de mooie singels en markante gebouwen en met de finish op de Grote Markt.

De Bredase Singelloop is een top loop-evenement waarbij de gezellige en bourgondische Bredase sfeer voorop staat.

## Kort nieuws

### Multisportdag in Apeldoorn

Voor iedereen die blind of slechtziend is en graag wil (blijven) sporten is er de Multisportdag voor mensen met een visuele beperking op zaterdag 16 december van 10.00 tot 17.00 uur in Apeldoorn. Deelnemers krijgen die dag de kans om meerdere sporten en bewegingsactiviteiten te proberen. Het belooft een dag vol sport, bewegen en plezier te worden voor kinderen en volwassenen. De sporten die uitprobeerde kunnen worden zijn een mix van teamsporten en individuele sporten, handicapspecifieke sporten en reguliere sporten. Denk aan vechten verdedigingssporten, klimmen, fitness, fietsen, goalball en nog veel meer.

De Multisportdagen maken onderdeel uit van het project Zichtbaar Sportief, een samenwerkingsverband tussen partijen uit de sport zoals Gehandicaptensport Nederland, NOC\*NSF en Kenniscentrum Sport en partijen uit de oogsector zoals Koninklijke Visio, Bartiméus en de Oogvereniging. Meer informatie of aanmelden: 030 307 78 90.



### De slimste mens

De slimste mens app is al jaren een groot succes bij een grote groep fanatieke spelers. KRO-NCRV heeft een nieuw spelement toegevoegd aan de app, waardoor het spel nu gespeeld kan worden als gezelschapsspel én toegankelijk gemaakt is voor mensen met een visuele beperking. De slimste thuis is volledig spraakgestuurd. Het antwoord hoeft dus niet getypt te worden, maar wordt ingesproken. Hierdoor speel je niet meer alleen op de telefoon, maar tegen elkaar aan tafel, in de auto of op het strand. De slimste thuis is nu beschikbaar in De slimste mens app. De slimste mens app is gratis te downloaden via de App Store (iOS) en Google Play Store (Android). Voor meer informatie ga naar: [deslimstemens.nl](https://deslimstemens.nl)

### Film

Visio International heeft samen met filmmaker Mohanad Diab een reeks films gemaakt waarin kinderen en (jong)volwassenen met een visuele beperking gevolgd worden, waaronder Grace, Maxwell, Priscilla, Walter en Prosper uit Ghana. Met deze film wil Visio International de beeldvorming over de mogelijkheden van mensen met een visuele beperking positief beïnvloeden. Het werpt meer licht op de benarde situatie van leerlingen met een visuele beperking en hun families. De film is te zien via: <https://www.youtube.com/watch?v=l8e-iDkBCkA>



### Digitale Stem

We hebben de eerste jaargang van de digitale Stem erop zitten. Van lezers horen we terug dat de digitale Stem goed bevalt. De verwijzingen naar filmpjes of uitgebreidere informatie zijn een duidelijke meerwaarde. Wilt u De Stem voortaan ook digitaal ontvangen?

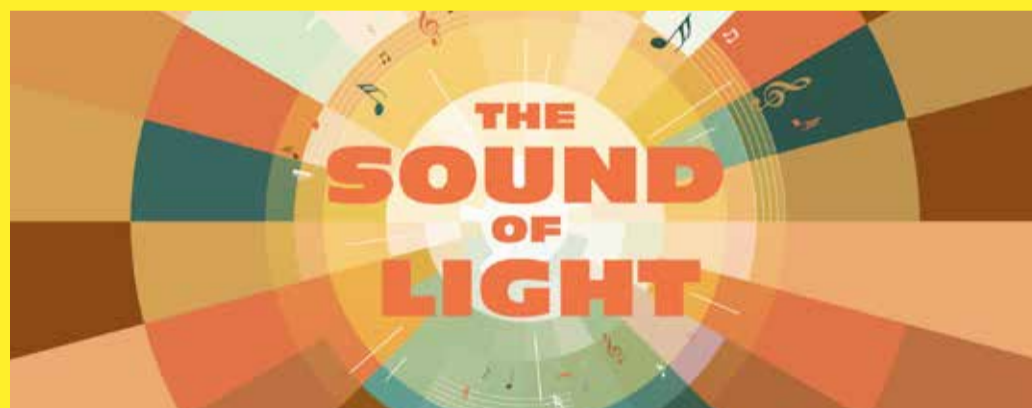


Stuur dan een e-mail naar [donateurs@ksbs.nl](mailto:donateurs@ksbs.nl). Vermeld in het onderwerpveld: 'aanmelding Stem van Grave' en in de e-mail uw naam en lidmaatschapsnummer. Wilt u de papieren versie blijven ontvangen, dan hoeft u geen actie te ondernemen.

### The sound of light

Na het succesvolle project Ik zou wel eens willen weten, waarbij The Gents samen zongen met mensen met een visuele beperking, is er nu een nieuw project: The Sound of Light. Hier heeft ook een aantal blinde en slechtziende mensen aan meegewerkt. Zij verschijnen in de video en vertellen over allerlei facetten van licht of de afwezigheid daarvan. Bij theatermuziekproject The Sound of Light klinkt klassieke muziek, een bijzondere Nederlandse poppremière en Afro-Amerikaanse spirituals.

Er is ook een nieuw stuk gecomponeerd door Setareh Nafisi op het gedicht We grow accustomed to the dark van Emily Dickinson. Verschillende video-interviews over de onderwerpen die aan bod komen in de muziek worden verweven in het programma. Het programma gaat over hoop, veerkracht en het beste uit jezelf halen. De voorstelling wordt op diverse plekken in Nederland gespeeld. Data en locaties zijn te vinden op de website: <https://thegents.nl/project/the-sound-of-light/>



### Oogvereniging zoekt leden

De Oogvereniging is de landelijke patiënten- en belangenorganisatie van alle mensen met een oogaandoening in Nederland. Hun doel is dat alle mensen met een oogaandoening de beste oogzorg krijgen en vanzelfsprekend mee kunnen doen in Nederland. Om dit doel te bereiken is het belangrijk om een grote vereniging te zijn. Een aantal leden vertelt in een video waarom zij lid zijn

geworden van de Oogvereniging: [www.oogvereniging.nl/lid-woorden/ervaringen](http://www.oogvereniging.nl/lid-woorden/ervaringen)

Achter deze korte video's, zitten veel langere, persoonlijke verhalen van verlies en rouw, maar ook van moed en doorzettingsvermogen. Zij hebben hun leven weer opgepakt, mede dankzij hun lidmaatschap van de Oogvereniging!

# Meer oog voor lesmateriaal op maat

Seksuele vorming is door het ministerie van OCW tot een verplichte kerntaak voor scholen gemaakt. Vanzelfsprekend geldt dit ook voor leerlingen met een visuele beperking. Die kunnen echter minder goed uit de voeten met veel van het bestaande voorlichtingsmateriaal, met name omdat dit vooral visueel is ingestoken. "Uitleg aan hen moet explicieter en gedetailleerder, en vaker worden herhaald."

door John van Enkevort | foto John Smits

Al een aantal jaren is de landelijke expertisegroep RIS (Relaties, Intimiteit en Seksualiteit) actief. "Hierin hebben zich specialisten op dit gebied van Bartiméus, de Robert Coppes Stichting en Koninklijke Visio verzameld. Met het doel om deze thema's voor de doelgroep beter over het voetlicht te krijgen, rekening houdend met hun visuele beperking en eventueel hun verstandelijke beperking en/of ontwikkelingsachterstand", legt Suzanne Sparidans uit. Zij is coördinator MB (meervoudige beperking) bij Visio in Grave. "Daarnaast hebben we ervaringsdeskundigen in de expertisegroep, Jill Mecking en Maik Krijgsman. Hun inbreng is minstens zo belangrijk." Die waardering voelt Maik: "We zijn een warme groep bij elkaar. Daardoor durven Jill en ik, ondanks dat we ons omringd weten door professionals, te benoemen wat volgens ons niet goed werkt." Jill vult aan: "Waarbij we altijd proberen de oplossing aan te reiken hoe het wel kan."

## Siliconen

De slechtziende Maik hamert bijvoorbeeld op contrast tussen de kleuren in animaties of tekeningen. Gele letters op wit papier zijn voor hem eigenlijk niet te lezen. "En ik merk bijvoorbeeld dat een gesproken commentaar bij een video voor een blind iemand vaak te summier is", vertelt Jill. "Onbewust worden bepaalde aspecten niet uitgelegd omdat het voor ziende mensen al overduidelijk is." Suzanne: "Omdat deze groep de visuele component geheel of gedeeltelijk mist, moet alles explicieter benoemd en geduid worden. Of gevoeld." Zoals een te betasten torso, waarbij

het materiaal tevens van belang is. Gemaakt van siliconen voelt het echter. Is een torso van hard plastic, dan zijn de details beter te voelen. Maik: "Wat beter is? Ik denk dat je dan gewoon beide opties moet gebruiken."

## Knipoog

Daarnaast sluit het bestaande voorlichtingsmateriaal niet goed aan op de specifieke belevingswereld van blinde en slechtziende kinderen en jongeren. Contact maken en zeker flirten is voor hen bijvoorbeeld heel anders. Een knipoog? Jill ziet hem niet. Maik ziet hem alleen als ie dichtbij staat, maar wil ook niet iemands persoonlijke ruimte binnendringen. "Verliefd worden gaat bij deze groep vaak op stem, of geur", weet Suzanne. "Ook wel of niet aanraken is voor hen een veel groter thema. Daar moet nieuw lesmateriaal meer op gaan anticiperen."

Tevens is aandacht voor weerbaarheid belangrijk. Wat mag wel, wat voelt oké, hoe zeg ik nee, wat zijn grenzen? Suzanne: "Voor onze leerlingen is dit een essentieel onderdeel binnen het thema RIS. Logischerwijs grijpen we ook gebeurtenissen zoals bij The Voice aan om wat meer uit te leggen over,

en te waarschuwen voor ongewenste intimiteiten en grensoverschrijdend gedrag. Tegelijkertijd moet het hen niet angstig maken. Om het in verhouding te blijven zien, benadruk ik vaak dat contact, relaties en een vriendje hebben vooral leuk is, net als zoenen en seks."

## Fontys Pedagogiek

Omdat er veel te verbeteren valt, heeft Fontys Pedagogiek, in samenwerking met Bartiméus, de Robert Coppes Stichting, Zorgbelang Inclusief, de Ongeziene Blinden en Koninklijke Visio met succes een subsidieaanvraag gedaan bij ZonMw, voor het projectonderzoek Ik weet niet wat ik niet weet. Uiteindelijk doel van dit onderzoek is het ontwikkelen van een blauwdruk voor een seksueel voorlichtingsprogramma voor jongeren van 12 tot 18 jaar met een visuele beperking. Maik is voor dit project geïnterviewd, Jill is er steviger bij betrokken: "We hebben intern een eerste ontwerp klaar, nu gaan we docenten om hun mening vragen, voor een verdere scherpstelling. De definitieve blauwdruk presenteren we mei volgend jaar. Het zou mooi zijn wanneer dit doelgroepspecifieke lesmateriaal – op termijn – echt wordt opgepakt." ■



Suzanne Sparidans is lid van de landelijke expertisegroep RIS.

## Handig Spreekende magnetron

Wanneer displays moeilijk of niet leesbaar zijn, kan spraak heel handig zijn. Bijvoorbeeld voor de instelling van een magnetron. Low Vision Shop levert een magnetron met grill, voorzien van Nederlandse spraak. De instellingen van programma en tijd worden ondersteund en zijn later ook nog met een druk op een knop op te vragen. Low Vision Shop levert ook andere spreekende huis-

houdelijke apparaten, zoals een mini oven. Worldwide Vision verkoopt een Engels-spreekende magnetron van het merk Cobolt. Ook dit apparaat spreekt de ingestelde functies en kooktijden uit. De resterende tijd is eveneens opvraagbaar. De Nederlandssprekende magnetron van Low Vision Shop heeft geen draaiplateau; de Engelssprekende van Worldwide Vision wel.

## Informatie:

De Nederlands spreekende versie via Low Vision Shop (zoekwoord 'magnetron'): €569,-; levertijd: 1 à 2 werkdagen. De Engelssprekende van Cobolt, via Worldwide Vision (zoek op 'magnetron'), €499,-. Levertijd: 2 à 3 weken. Worldwide Vision heeft ook een spreekende combimagnetron van Cobolt in haar assortiment. ■

Met dank aan Wim Pierik, kennismakelaar Koninklijke Visio



### Cliënten van Pergamijn in Echt bloeien op in de Avonturentuin

“De Avonturentuin is mijn passie”, aldus Yolande van der Beek, teammanager bij de Stichting Pergamijn in Echt (Limburg). Na een aanloopfase van enkele jaren werd de tuin vorig jaar juli geopend. Het was het resultaat van ‘groot durven dromen’. Dat deed Yolande als kartrekker samen met de stichting, collega’s, familieleden en het bedrijfsleven. “Het kostte ons veel energie, maar de tuin is een schot in de roos voor onze cliënten.”

door Corné Verschuren

Het begon allemaal met de nieuwbouw op de locatie van de stichting Pergamijn in Echt. De stichting is een instelling voor mensen met een verstandelijke en lichamelijke beperking. In totaal begeleidt de stichting meer dan 700 cliënten, waarvan er velen een visuele beperking hebben. Ongeveer 220 cliënten wonen in de nieuwbouw in Echt.

“Tussen de woningen op het terrein in Echt lag nog een lap grond zonder een echte bestemming. Het was één grote saaie grasvlakte”, vertelt Yolande. Ze is met alle partijen aan tafel gegaan om zonder een enkele beperking te gaan dromen over een uitdagende plek waar cliënten, familieleden, personeel en omwonenden elkaar konden ontmoeten en verblijven.

“Het werd uiteindelijk een tuin waar cliënten het ontdekkingsavontuur aangaan, er bloeit en geurt altijd wel iets. In de tuin groeien veel verschillende planten,

struiken en bomen. Ook staat er een tiental toestellen met ieder hun eigen uitdaging en ervaring voor de bewoners van de locatie in Echt”, beschrijft Yolande.

Dat varieert van een wand met klankstaven, een rolstoelwip, een netschommel, een plek om tomaten te kweken, een waterpomp tot een zandbak waar rolstoelers ‘zandervaring’ opdoen. “Er wordt veel gebruikgemaakt van de tuin. We merken het effect aan onze cliënten. Ze genieten ervan en bloeien op. Elk seizoen is anders van geur en kleur. Aan het eind van de dag zijn ze moe, maar ook voldaan.”

De droom van de Avonturentuin is werkelijkheid geworden dankzij meerdere giften, waaronder die van de KSBS. “Zonder geldschieters was het ons nooit gelukt. Onze bewoners genieten nu ieder op hun eigen niveau dagelijks van de tuin. Dat is heel wat waard.” ■



De Avonturentuin biedt voor ieder wat wils.

Kevin van den Maagdenberg

# ‘Als ik aan ben ik aan



Soms zit iemand zo op zijn plek dat het er aan alle kanten vanaf straalt. Zoals bij Kevin van den Maagdenberg, die elke werkdag fluitend vanuit Oosterhout naar De Blauwe Kamer in Breda fietst. “Vanaf het eerste moment voelde ik veel affiniteit met het werk, en zeker met de cliënten.”

door John van Enkevort | foto's Boyd Brian Smith

Eén keer brak Kevin van den Maagdenberg (34) zijn been, en maar liefst zeven keer zijn neus. Geen enkele keer kwam dit door zijn visuele beperking – hij ziet nog ongeveer 15 tot 20 procent. “Welnee. Ik ben gewoon altijd een beetje wild geweest, en een brokkenpiloot. Na mijn laatste neusongeluk ben ik geopereerd en hebben ze het meeste bot in mijn neus weggehaald.” Lachend: “Sindsdien valt er dus gewoon niets meer te breken.”

## Vrij Toegankelijk Indoor Navigatieapp NEMO En dan nu een flauwe bocht naar rechts

door John van Enkevort

Groot probleem voor slechtzienden en blinden in grote, openbare gebouwen is dat GPS er niet werkt. Zij zijn daardoor vaak aangewezen op ziende begeleiders of op andere hulp. Op 3 oktober jongstleden werd, tijdens de Week van de Toegankelijkheid in het NEMO Science Museum, eZwayZ geïntroduceerd. Een indoor navigatieapp, ontwikkeld door Atsence, in samenwerking met het Bartiméus Fonds. Visio-medewerker Wim Pierik probeerde de app uit.

In grote gebouwen wordt bezoekers vooral visueel de weg gewezen. Borden aan de muur, routelijnen op de vloer. “In een ziekenhuis meld ik me daarom vaak ruim van tevoren aan en vraag dan om begeleiding”, zo legt Wim uit. Mogelijk is dat binnenkort minder vaak nodig. Via de eZwayZ-navigatieapp kan

iemand op drie manieren (via een hoge contrastlijn, gesproken aanwijzingen of trilsignalen) de weg vinden in een groot gebouw. Naast NEMO zijn ook treinstation Arnhem Centraal, het Rijksmuseum en Beeld en Geluid in Hilversum in meer of mindere mate al met deze app in de weer.

Wim koos in NEMO voor de gesproken variant. “De app werkt met visuele positionering. Je zegt waar je heen wil, daarna houd je de telefoon hoog in de lucht om je positie te bepalen, wat wel even lastig is. Vervolgens begint de routegeleiding. Ik vertelde de app dat ik naar de afdeling ‘Krachten’ wilde en via duide-

lijke loopaanwijzingen werd ik daar prima heen geloodst.”

Op de plek van bestemming somde de museum-module van de app op wat er te doen was. Wim probeerde de hijsstoelen uit - je trekt je met een touw omhoog, waarbij het aantal ermee verbonden katrollen doorslaggevend

# het werk ben, het werk'



Kevin zit helemaal op z'n plek bij de Blauwe Kamer.

## Stabiel

De ogen van Kevin zijn prima, het is de verbinding vanuit de hersenen die hapert. "Als kind kon ik mijn beperkte gezichtsvermogen aardig verbergen, ik blufte en gokte vaak precies goed. Totdat mijn moeder, die vermoedde dat iets toch niet klopte, op een dag riep: 'Oh kijk Kevin, wat een mooie luchtballon!' En ik reageerde daar instemmend op. Maar er was helemaal geen luchtballon. Toen viel het kwartje." Vervolgens werd Kevin tot vervelens toe onderzocht, waarbij de conclusie steeds veranderde: "Ik zou eerst blind worden rond m'n 25ste. Later werd het op m'n 60ste, of weer anders. Gelukkig zijn mijn ogen al jaren stabiel, er is geen directe reden voor zorgen."

Kevins oogproblemen maakten zijn ouders niet

veel voorzichtiger met hem, ondanks dat artsen waarschuwden voor een harde val. Die zou hem blind kunnen maken. "Daar ben ik ze dankbaar voor, ze hebben me precies hetzelfde opgevoed als mijn broers. Het verschil was enkel dat ze tegen hen 'pak je schoenen' zeiden en tegen mij 'pak je schoenen, ze staan bij de verwarming'." Ook buiten het gezin had Kevin geen bijzondere problemen. Hij voetbalde veel in zijn vrije tijd, net als de rest van zijn familie. "Op een of andere manier lukte me dat. Een voetbal in beweging is lastig in te schatten, toch wist ik hem vaak goed te raken. En het pesten op school - ik was als iel mannetje een gemakkelijk doelwit - bleef beperkt, omdat alleen al dreigen met mijn grote broer vaak voldoende was om het te stoppen."

blijkt voor hoe gemakkelijk dat gaat. Concluderend: "De app werkte goed, wellicht zou wat meer informatie vooraf omtrent je keuze handig zijn. Met een omschrijving als 'Krachten' kom je er immers pas ter plekke achter of het wel de moeite waard was om daar helemaal naartoe te lopen." ■



Wim Pierik probeerde de nieuwe app uit.

## Hectisch

Na zijn schooltijd, waar hij na een wat moeizame start op de basisschool goed doorheen kwam, ging Kevin in de horeca aan de slag. Dat bleek uiteindelijk een matig idee. "De horeca is hectisch, met veel prikkels. Uitputtend voor mij om in te werken, zeker omdat ik langdurig weken van zestig uur maakte. Op een gegeven moment ben ik letterlijk omgevallen en had ik een fikse burn-out." Teveel prikkels zijn sowieso een valkuil voor Kevin. "Hierdoor was een woning in het centrum van Breda voor mij een verschrikking en ga ik niet graag met het openbaar vervoer. Dan fiets ik liever." Als postbode - het werk dat Kevin na zijn burn-out oppakte - kon hij dat naar hartenlust doen, maar uiteindelijk gaf dat werk hem te weinig voldoening.

## Aarzeling

Enigszins bij toeval kwam tien jaar geleden Visio De Blauwe Kamer in Breda in beeld als mogelijke werkgever. Het was een schot in de roos: "Vanaf de eerste oriëntatie en kennismaking vond ik het geweldig fijn en interessant werk. Ik voelde meteen veel affiniteit met het werk en met de cliënten. Kortom, hier wilde ik dolgraag werken." Die droom kwam echter niet meteen uit. Kevin viel aanvankelijk net buiten de boot voor een BBL-plek (Beroeps Begeleidende Leerweg), mogelijk omdat zijn visuele beperking toch voor wat aarzeling aan Visio-kant zorgde.

## Energie

Later kreeg hij een nieuwe kans bij De Blauwe Kamer, die hij met beide handen aangreep. Totdat zijn contract niet meer verlengd werd omdat Visio hogere opleidingseisen aan zijn medewerkers ging stellen. Kevin knokte zich echter opnieuw naar binnen. Ondanks de extra belasting, slaagde hij erin aanvullende opleidingen succesvol af te ronden. Hij is nu verzorgende IG niveau 4 en draait volwaardig mee. "Soms werk ik vijf of zes dagen achter elkaar. Dat kost mij meer energie dan mijn collega's. Maar ik wil op geen enkele wijze een uitzondering zijn. Dus pak ik in de vrije dagen erna mijn rust, zodat ik tijdens de eerstvolgende dienst weer de oude ben."

## Warme zorg

Kevin is nu al enige tijd werkzaam bij de woongroep Kreek 1. Hier verblijven oudere cliënten, vaak met een ernstige lichamelijke en/of geestelijke beperking. "We geven hen een geborgen en aangenaam leven, zonder hen iets te moeten 'leren'. We noemen dat warme zorg. Wat niet wil zeggen dat we niet af en toe serieus in actie komen." Zo zat een bewoonster met het syndroom van Down onlangs overduidelijk niet goed in haar vel. Ze leek ontevreden en verloor bovendien veel gewicht. "We hebben toen in een multidisciplinair overleg een plan van aanpak bedacht en haar op een speciaal dieet gezet. Ze viel daardoor niet meer af, kreeg meer energie en werd weer veel vrolijker."

## Zwaaien

Bijna zo vrolijk als Kevin zelf. "Ik heb een leuk huis en De Blauwe Kamer past me perfect. Toevallig werkt mijn vriendin hier eveneens, maar dan op de Beemd 3. Dat gaat heel soepel. Als we aan het werk zijn, zijn we aan het werk. Dan zwaaien we af en toe, maar we zoeken elkaar niet op. 's Avonds kun je wel samen de dag doornemen en snappen we precies waar de ander het over heeft. Zo fijn!" ■



Therapie aan zeer jonge kinderen met een ernstige fysieke en/of cognitieve beperking. Op Aruba bestond het niet, overheid en verzekeraars hadden dit niet op hun radar. Gijs de Rooij sprong vol overtuiging in dat gat, en heeft met Micky's Foundation sinds 2015 al dertig driemaandelijke projecten gefaciliteerd en gefinancierd.

## Gijs de Rooij: 'Veel therapie verbetert het fysieke en mentale welzijn van deze kinderen enorm'

door John van Enckevort

### Wie ben je?

Ik ben Gijs de Rooij, vader van Micky en Fay en oprichter van de Micky's Foundation. Deels woon ik in Breda, waar Micky bij De Blauwe Kamer naar school gaat, deels bij mijn vriendin Olly en Fay in Amsterdam. Micky's Foundation heeft als doel om kinderfysiotherapie, pre-verbale logopedie en ergotherapie aan te bieden aan kinderen en jongeren (0-21 jaar) met een ernstige fysieke en/of cognitieve beperking.

### Wat was de aanleiding om Micky's Foundation op te richten?

In 2009 kregen mijn toenmalige vriendin Audrey en Micky op Aruba – waar wij toen woonden – een zeer ernstig auto-ongeluk. Na levensreddende operaties in Colombia en Nederland bleek dat Micky vooral profijt had van heel veel therapie. Via een echtpaar dat met hun kind in dezelfde situatie zat, kwamen we op het idee om professionele therapeuten voor telkens drie maanden naar het eiland te halen.

### Hoe zet je dat in gang?

Door iedereen die je kent en je erbij kan helpen, in te schakelen. En een oproep op Facebook deed wonderen. Die werd 1200 keer gedeeld, met de eerste sponsors en meer dan honderd serieuze aanmeldingen van gespecialiseerde kindertherapeuten uit Nederland en België als gevolg.

### Wat doen de therapeuten op Aruba?

Ze geven drie maanden lang zeer intensief

therapie aan een groep kinderen, die daar enorm veel baat bij heeft. In ruil voor hun inzet krijgen deze vrijwilligers van Micky's Foundation de vliegtickets, het verblijf, een huurauto, telefoon en een kleine dagvergoeding. En verder geeft het hen veel voldoening deze gespecialiseerde therapie te kunnen geven en ervaren ze het werken op Aruba als een mooi avontuur.

### De stichting heeft sinds 2015 een aanzienlijke staat van dienst opgebouwd.

In totaal hebben we in dertig driemaandelijke projecten ongeveer 17 duizend gratis therapie-uren kunnen aanbieden aan 180 verschillende kinderen. Van hen heeft ongeveer een kwart tot een derde een visuele beperking. Doordat wij deze kinderen al zo jong behandelen, voorkomen we veel medische problemen in hun toekomst. Gelukkig ziet de verzekeraar dit nu ook, minder complicaties zorgen immers ook voor minder noodzakelijke, dure operaties.

### Hoe ziet de toekomst van de stichting eruit?

Hoewel dit vrijwilligerswerk me echt enorm veel plezier en voldoening geeft, is het doel deze kinderrevalidatie in het Arubaanse zorgsysteem te verankeren. Onlangs heeft een Arubaanse kinderfysiotherapeut als allereerste een baan aangeboden gekregen van de verzekeraar om dit werk op het eiland te gaan doen. Daarnaast woont een kindertherapeut die aan een van onze projecten deelnam nu op Aruba, een tweede volgt in 2024. Er komt dus iets op gang. ■



### Samenwerking

De KSBS heeft Micky's Foundation ([www.mickysfoundation.com](http://www.mickysfoundation.com)) een subsidie verleend voor hun dertigste projectperiode (oktober tot en met december 2023). Hierin staan onder andere kennisoverdracht en het coachen van ouders centraal (zodat ze hun kinderen goed kunnen helpen).

Gijs de Rooij, rechts op de foto met zijn zoon Micky, zet zich in voor gespecialiseerde hulp op Aruba.



Kim van Iersel, Wim Pierik & Frank Ter Beek schrijven beurtelings deze column. Wim Pierik (1963) is getrouwd met Hermine en woont in Grave.

## Blindganger

### Beschermengel in spoorchaos

"Zo, dat komt mooi uit", zegt mijn begeleidster. "Je kunt de trein halen van 17.24 uur naar Nijmegen". We komen van het NEMO Science Museum in Amsterdam. Daar was een presentatie van een indoornavigatie voor blinden en slechtzienden, met museum-module (zie elders in dit blad). Dan kan ik rond 19.30 uur in Grave zijn, denk ik.

Even later is mijn begeleidster naar haar eigen trein, stap ik in de mijne, installeer me en haal apparatuur tevoorschijn om wat aantekeningen te maken. Dan klinkt er een melding dat de trein niet zal vertrekken en dat er aan de overkant van het perron een trein richting Den Bosch gaat. Snel inpakken, uitstappen, perron oversteken en maar eens even vragen. Twee dames bevestigen dat daar inderdaad die trein komt. Ze houden me in de gaten en wijzen me de deur. Maar deze trein blijft ook in Amsterdam. We moeten naar een ander perron.

Ik vind weer een medepassagier met wie ik meeloop. In deze derde trein beland ik op een trapje, naast een dame die me bij de presentatie bij NEMO heeft gezien. Als ook deze trein in Amsterdam blijft, ontfermt ze zich over mij. Inmiddels gonst het van de berichten over diverse verstoringen. Ik vraag haar of het goed is om eerst maar eens wat te eten en drinken te halen. Zo gezegd, zo gedaan. Daarna bekijkt zij de reisopties in een app. Het lijkt erop dat ik rond 18.30 uur richting Nijmegen kan en zij ook rond die tijd een trein kan nemen. Ze brengt me naar het spoor. De trein is er nog niet en zij wil - logisch - naar haar eigen trein. Ze spreekt een jongeman aan om mij te helpen in de goede trein te komen.

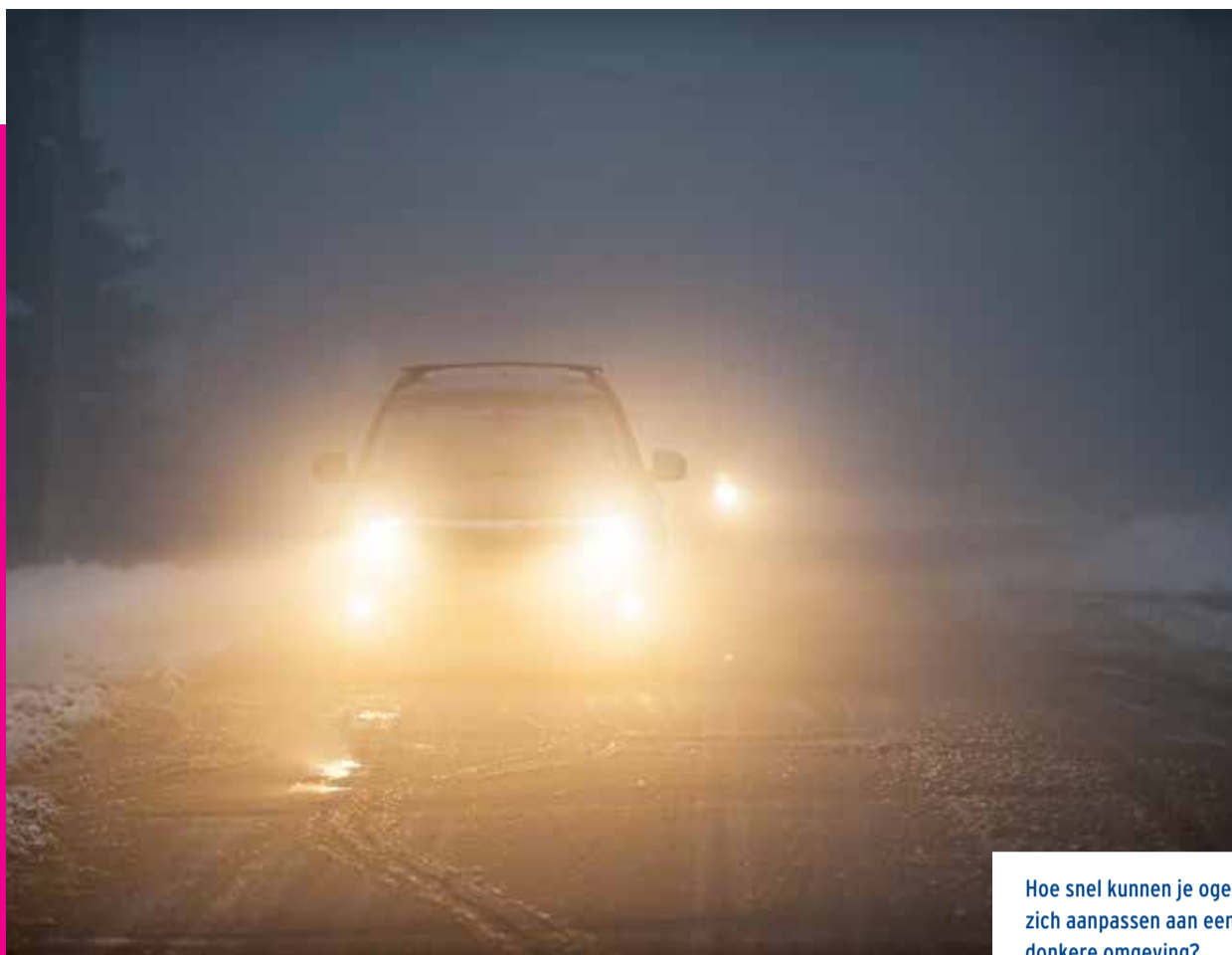
Het duurt nog meer dan een uur. We stappen nog een keer of vijf in een trein die tóch niet zal vertrekken. En steeds blijft deze jongeman, als een soort beschermengel, dicht bij me in de buurt. Enkele keren lukt het hem om een zitplaats voor me te bemachtigen; hij hoeft niet te zitten, zegt hij. Telkens als we weer moeten uitstappen, wacht ik even op het perron en meldt hij zich weer bij me. Tegen 20.00 uur vertrekt er eindelijk een trein naar Utrecht, waar deze jongeman zelf woont. Daar brengt hij me nog naar de trein naar Nijmegen en kan dan naar huis.

Mijn trein rijdt nu gelukkig, met wat oponthoud, door naar Nijmegen. Nadat een vriendelijke collega me daar heeft opgehaald, ben ik om 22.45 uur thuis - eindelijk!

Mijn vriend Gerben (te jong overleden) zei altijd: "bij chaos op het spoor heb je de beste hulp". Klopt, mensen zijn dan zelf ook zoekende en er ontstaat een soort saamhorigheid. En als je dan een "beschermengel" ontmoet, die bij je blijft totdat je in de juiste trein zit, voelt dat toch geruststellend in alle onzekerheid! ■

Ik sprak met Herman Talsma, klinisch fysisch, over nachtblindheid. Een klinisch fysisch is specialist op het gebied van medische apparatuur en zorgt ervoor dat de apparatuur veilig en optimaal kan worden gebruikt. Hij begrijpt de werking van de apparaten en ondersteunt bij het op de juiste manier inzetten van medische technologie. Herman Talsma was enkele jaren geleden een van de docenten van de cursus avondmobiliteit. Tegenwoordig werkt hij bij het diagnostisch centrum van Stichting Bartiméus.

door Jenneke van Dongen



Hoe snel kunnen je ogen zich aanpassen aan een donkere omgeving?

# Nachtblindheid

## wat is het precies en kun je er ook iets aan doen?

### Wat is nachtblindheid?

Kort gezegd heb je last van nachtblindheid als je in het (schemer)donker slecht tot zeer slecht voorwerpen kunt onderscheiden. Er zijn verschillende vormen van nachtblindheid, die dezelfde naam hebben, maar die duidelijke verschillen kennen. Zo is er de nachtblindheid, die veroorzaakt wordt door CSNB (congenitale stationaire nachtblindheid). Dit is een aangeboren, erfelijke netvlies-aandoening. Dan is er de nachtblindheid, die veroorzaakt wordt door RP (retinitis pigmentosa). Dit is een verzamelnaam voor een groep ziekten waarbij mensen last hebben van nachtblindheid, toenemende gezichtsvelduitval, minder scherp zien en afwijkingen in het netvlies. Het zijn meestal erfelijke aandoeningen van het netvlies die uiteindelijk leiden tot ernstige slechtziendheid of blindheid. Tot slot heb je een vorm van nachtblindheid die niet samenhangt met een erfelijke oogziekte.

### Wat gebeurt er precies bij nachtblindheid?

In het netvlies liggen twee soorten cellen: kegeltjes en staafjes. De kegeltjes gebruiken we als het licht is. Ze zorgen ervoor dat we scherp zien en kleuren kunnen onderscheiden. Zelfs in de schemer blijven de kegeltjes nog werken en kunnen we al snel iets onderscheiden.

In het donker doen de kegeltjes vrijwel niets en gebruiken we de staafjes. Met de staafjes kunnen we geen kleuren onderscheiden. Daarom zien we in het donker alles grijs. De staafjes vangen zo veel mogelijk licht op om toch zoveel mogelijk te kunnen zien. Zodra er iets van een lichtbron is, gaan de kegeltjes weer aan het werk. Als je in het donker loopt en onder een lantaarnpaal een auto ziet staan, dan zie je ook welke kleur de auto is. Dat is het werk van de kegeltjes.

### Is nachtblindheid dus dat de staafjes in het oog niet goed werken?

Het eerste probleem is meestal dat de kegels niet snel genoeg wennen aan het donker. Bij het naar het donker gaan is er eerst kegeladaptatie die maar een paar minuten duurt (denk aan het binnengaan van een bioscoop vanuit het daglicht). Volledige stavenadaptatie duurt meer dan een kwartier. Als je bijvoorbeeld vijf minuten de hond uitlaat dan zullen de staven niet volledig geadapteerd zijn. Een normale adaptatie of gewenningstijd zorgt ervoor dat je voldoende vormen kunt onderscheiden in het donker. Hoe ouder je wordt hoe meer licht je nodig hebt om scherp te kunnen zien en ook hoe meer tijd je ogen nodig hebben om aan het donker te wennen. Het kan ook voorkomen dat je door die slechter werkende kegeltjes en staafjes een kleiner gezichtsveld in het donker krijgt. Met een klein gezichtsveld wordt mobiliteit lastiger.

### Wat kun je doen als je het idee hebt dat je steeds minder ziet in het donker?

Naar een opticien of oogarts gaan. Zeker bij oudere mensen kan er bijvoorbeeld sprake zijn van staar. Door staar wordt je beeld vertroebeld en dat merk je het eerst of het meest in het donker.

### Wat kan een oogarts of opticien nog meer doen?

Mensen, die een bril of contactlenzen hebben vanwege bijziendheid, realiseren zich meestal niet, dat die bril of lenzen 's avonds soms niet meer vol- doen. Je bril is aangemeten om overdag, bij goed licht, scherp te kunnen zien. 's Avonds zijn je ogen vermoeider én is het scherpstellen lastiger. Overdag stel je vanzelf scherp op de goede afstand, in het donker stel je scherp op een afstand die dichterbij is, waardoor je beeld minder scherp is.

### Is de conclusie dat je 's avonds een andere bril nodig hebt?

Nou nee, niet iedereen heeft 's avonds een andere bril nodig. Als je 's avonds gewoon thuis bent, dan heb je voldoende kunstlicht, waardoor je geen hinder hebt van minder zien of nachtblindheid. Maar moet je in het donker bijvoorbeeld autorijden, dan kan het zeker verstandig zijn om een andere of extra bril te dragen.

### Moet dat dan een speciale bril met gekleurde glazen zijn?

Er zijn inderdaad brillen met gele glazen, maar die helpen niet tegen nachtblindheid. De gele glazen filteren blauw licht weg en dempen het witte licht van autolampen of lantaarnpalen. Het meeste effect geeft echter de grotere sterkte van de brilglazen.

### Kun je ook nog iets doen aan de nachtblindheid ten gevolge van de erfelijke oogziekte?

Aan die vormen van nachtblindheid kun je helaas niet zo veel doen, behalve manieren vinden om er mee om te gaan. Dat kan het lopen met een stok zijn of het gebruiken van een zaklamp. Bij Visio en Bartiméus worden hiervoor speciale cursussen avondmobiliteit gegeven. ■

.....

In het donker rijden, al jaren had ik (Jvd) er een hekel aan. En ik meed het zoveel mogelijk. Maar ja, er zijn zoveel mensen, die niet graag in het donker rijden. Een paar jaar geleden adviseerde mijn opticien mij om, naast mijn -6,00 contactlenzen, een bril met gele glazen te gebruiken voor het rijden in het donker. Die gele glazen gaf hij een sterkte van -1,00. Om nu te zeggen dat ik sindsdien met plezier in het donker rijd, dat gaat een beetje te ver, maar ik voel met een stuk zekerder met mijn bril op. Dat kwam vast door die gele glazen, zo dacht ik. Pas tijdens het interview met Herman Talsma viel het kwartje: mijn ogen hebben 's avonds wat meer hulp nodig in de vorm van de -1,00 glazen! ■

# Portret van een leerling

**Livvy Faber,**  
**8 jaar**  
Visio basisschool  
Haren, Prisma  
groep 5



## 'Ik zie best veel; de rest gok ik gewoon'

door Thea Westerbeek | foto Yvonne de Noord

### In welke vakken ben je goed?

Rekenen, handvaardigheid en drama. En muziek: ik speel ukelele, keyboard en ook gitaar. Maar drama vind ik het leukst! Ik kan goed toneelstukjes doen. En knutselen vind ik leuk. Kleien kan ik ook goed: ik heb een tafeltje met een stoeltje gemaakt. En ook een speeltuin van vliegerpapier, met groen gras, een gele zon en van stokjes een glijbaan. Ik ben nu een lampion aan het maken. Wat ik niet leuk vind: taal, spelling, dictee; maar ik kán het wel.

### Je bent zeer slechtziend, maar kleuren zie je wel?

Ik kan bruin, paars en donkerblauw niet goed zien, knalgeel en knalgroen ook niet, maar wel blauw en oranje. Ik kan best veel zien. De rest gok ik gewoon. Ik ben nu aan het oefenen

met de taststok, daarmee voel je de grond vóór je. En met de herkenningsstok voor het oversteken: die is korter en die moet je een beetje naar boven doen. En ik leer nu ook typen met TypeTopia: dat is met tien vingers. O nee, met negen vingers, en je duim voor de spatiebalk.

### Weet je hoe jouw oogandoening heet?

Nee. Maar ik zie als ik moe ben zes procent en anders tien procent.

### Het heet progressieve kegeldystrofie. Ben je al vanaf je geboorte slechtziend?

Ik denk het wel. Volgens mij ben ik al mijn hele leven slechtziend. Op mijn vorige school werd ik uitgelachen. Er waren groepjes. En iemand pestte mij. Maar op deze school houdt iedereen rekening met mij. Vorig jaar ging ik hier voor het eerst één dag per

week naartoe, toen vier dagen en nu vijf. Hier is alles wat ik nodig heb: een grote iPad en een beeldschermloep. Kijk, je legt je boek eronder, draait aan de knop en dan worden de letters groter.

### Wat wil je later worden?

Programmeur. Want ik vind de 3D-printer op school erg leuk en dan kan ik allemaal figuren bedenken om uit te printen.

### Heb je favoriete plekken op school?

Het kraaiennest, de kabelbaan en de trampoline. We spelen ook basketbal en voetbal. Thuis zit ik op Kids United van FC Groningen. Dat is voor kinderen met een handicap van de ogen of die moeite hebben met bewegen. Laatst mochten we hand in hand met een speler het stadion binnenlopen! We hebben met een actie op school flessen ingezameld en ingeleverd en zo duizend euro opgehaald voor een nieuw clubgebouw. Ik hou ook van schaatsen en zwemmen. Als het regent, zoals nu, is het perfect weer om te zwemmen. Ik heb al mijn A-, B- en C-diploma.

### Waar ga je graag naartoe op vakantie?

Naar Disneyland in Parijs! Daar ben ik al heel vaak geweest. Mijn vader en moeder, mijn broer en ik vinden dat allemaal leuk. Hoeveel popcorn we niet gehad hebben! Disneyland bestaat 30 jaar. We waren deze zomer twee weken op het park en drie weken op de camping. Komende zomer gaan we gewoon naar Norg, maar over een paar jaar gaan we naar... Disney World in Amerika! ■

## 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).

**Visio**

# 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:  
NL91 INGB 0001 1122 33
- 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 \_\_\_\_\_