

De Stem van Grave

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

Vriendinnen voor het leven zijn het: Corrie van Veldhuizen (77) en Mariet Brekhof (74). Beiden waren in 1964 samen met acht andere jonge vrouwen de eerste bewoners van de Blauwe Kamer in Breda, een zorginstelling voor mensen met een visuele en verstandelijke beperking. In juni bestond de Blauwe Kamer 60 jaar. Goede reden om bij de hartsvriendinnen op de koffie te gaan om eens lekker te gaan keuvelen over vroeger. En als het duo eenmaal begint met praten...

door Corné Verschuren | foto's Ron Magielse

Zestig jaar Blauwe Kamer:

Corrie en Mariet kijken terug in de tijd



Corrie en Mariet, al zestig jaar hartsvriendinnen.

Even terug in de tijd. In 1941 werd in opdracht van Anna Tydeman in het Markdal in Breda een 'landhuis met koetshuis in Engelse stijl' gebouwd. Het landhuis kreeg de naam: de Blauwe Kamer. Toen mevrouw Tydeman in 1963 overleed, werd het landgoed verkocht aan de stichting Samivoz. Deze stichting besloot er een woonvoorziening voor mensen met een visuele en verstandelijke beperking van te maken.

Een viertal nonnen (van de congregatie van Franciscanessen) krijgt onder leiding van zuster Mariëtta deze woonvoorziening onder zich. Tien jonge vrouwen zijn de eerste bewoners die in juni 1964 hun intrek nemen in de villa.

Vriendschap

Daar begint ook de vriendschap van

Corrie en Mariet. Beide vrouwen zijn blind geboren, vertellen ze. "In het begin sliepen we in de Broodkamer van de villa op het terrein van de Blauwe Kamer. Iedereen sliep met z'n tweeën op een kamer. Ik had een opklapbed", vertelt Mariet. In hoog tempo noemt ze haar acht medebewoners: van Joke Poelmans tot Jeanne Ossenkamp. Het geheugen heeft Mariet nog niet in de steek gelaten.

Corrie lag op een van de andere kamers in de villa. "We moesten al om half zeven naar bed. Dat vonden we veel en veel te vroeg. Soms zaten we al om vier uur gewassen en wel klaar om naar bed te gaan. Zuster Mariëtta was erg streng. Zodra we op bed lagen moesten we stil zijn. Daar stond de zuster op." Uit verveling haalde Corrie weleens kattenkwaad

uit door expres in bed te gaan praten. "Dat vond de zuster absoluut niet leuk", lacht Corrie. Mariet herinnert zich nog de geur van de villa. "Een bijzondere geur. Dat was wel even wennen", vertelt ze.

Luisteren naar de radio

Het wennen ging ook op voor de zusters Josepha, Hyacinta, Petronella, Engeliën en Mariëtta. In de eerste jaren was er nog geen school of iets van dagbesteding. "We luisterden naar de radio. Met plastic bouwstenen bouwden we huizen, kastelen en torens. Er werden ook andere spelletjes gedaan en er werd veel gezongen", herinnert Mariet zich. "We dronken nooit koffie, altijd thee", vult Corrie aan.

Al in de beginjaren werd aandacht besteed aan zelfstandigheid.

Bewoners leerden zichzelf te verzorgen. "En elke avond werd een rozenhoedje gebeden. Tien weesgegroettes en een Onze Vader", legt Mariet uit.

"Op zondag gingen we naar de kerk. Die kerk was eerst in het kantoor van de villa. Later was de kerk in tijdelijke houten huisjes op het terrein van de Blauwe Kamer. We zaten op harde houten banken", herinnert Corrie zich.

Belevismissen

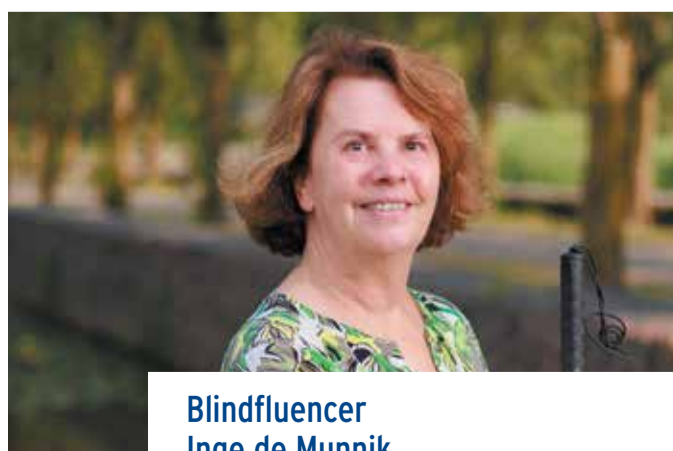
Tegenwoordig worden in het Ontmoetingscentrum aan de Galderseweg missen gehouden. "Het zijn belevingsmissen geworden. Daarbij wordt een verhaal verteld. Ook komen allerlei voorwerpen

lees verder op pagina 2



Jenny, actrice in de dop

pagina 3



Blindfluencer Inge de Munnik

pagina 4



Portret van leerling Wies

pagina 8

voorbij die gevoeld kunnen worden. Zoals pluchen poppen of stenen. Bij die belevenissen wordt soms ook muziek gemaakt”, vertelt Corrie. Mariet veert op. “Op gehoor kan ik alles meespelen met mijn melodica.”

Eind jaren zestig werden op het terrein tijdelijk houten huisjes gebouwd in afwachting van permanente (school)gebouwen. “In de houten gebouwen werden kerkdiensten gehouden en gymnastieklessen gegeven en in het ‘Honk’ werd gekookt.”

Paviljoens

De houten huisjes maakten plaats voor drie paviljoens. Corrie vertolkte in 1983 nog een belangrijke rol. “Bij de start van de bouw van de drie paviljoens op het terrein mocht ik de eerste steen leggen. Ik heb een

(braille)verhaal voorgelezen, de inhoud weet ik niet precies meer. Ik heb zelf nog in het Rozenpaviljoen gewoond.”

Eén anekdote willen Corrie en Mariet nog wel kwijt over zuster Marriëtta. “De zuster bewaarde alles. Zo gooide ze geen plastic weg en alles werd hergebruikt. Van plastic tasjes maakte ze zelfs broeken.”

Dagbesteding

Voor de dagbesteding blijft Corrie tegenwoordig op de locatie Valkenierslaan. Mariet blijft hier twee dagen per week. De andere drie dagen gaat ze met de taxi naar de Blauwe Kamer. Mariet: “Ik draai moertjes en ringetjes op waterleidingssystemen.” Corrie doet het tegenwoordig wat rustiger aan. “Ik maak met crêpepapier bloemen en



Corrie en Mariet halen samen herinneringen op.

daar maak ik schilderijen of wenskaarten van.” Mariet en Corrie gaan nog steeds graag op bezoek bij de Blauwe Kamer aan de Galderseweg of nemen deel aan activiteiten op het terrein.

Corrie en Mariet werden op 10 juni jl. verrast. Directeur Erik van Ginhoven kwam speciaal een bloementje aanbieden ter ere van de 60ste verjaardag van de Blauwe Kamer.

Maar ook omdat Corrie en Mariet al zestig jaar dikke vriendinnen zijn. Daar bleef het niet bij. De dames kregen ook nog een waardebon om eens lekker te gaan winkelen en lunchen. Tot slot nog een gewetensvraag aan Corrie en Mariet. Het verschil tussen nu en vroeger op de Blauwe Kamer? “Toen was het veel strenger en alles was strak geregeld. Nu is het veel losser. Dat is fijner.” ■

Kort nieuws

Taalontwikkeling bij kinderen met een visuele beperking

Een projectgroep van de Radboud Universiteit Nijmegen, het Expertisecentrum Nederlands en Koninklijke Visio heeft het programma Ratjetoe ontwikkeld. De taal van kinderen met een visuele beperking bestaat uit een mengmoes van woorden die de kinderen wel, niet of een beetje begrijpen. Hoe dit komt wordt uitgelegd in het programma. Een ander woord voor mengmoes is ratjetoe. Vandaar dat die naam gekozen is voor het taalprogramma. Met het programma worden ouders ondersteund bij het stimuleren van de taalontwikkeling van hun kind en wordt voorkomen dat er taalproblemen ontstaan. Het programma is bedoeld voor ouders van kinderen met een visuele beperking met een ontwikkelingsleeftijd tussen de zes maanden en vijf jaar. Er wordt niet alleen uitleg gegeven over de wijze waarop kinderen met een visuele beperking taal leren, maar er worden vooral ook concrete oefeningen beschreven.



Bekende sporters op bezoek bij Visio Grave

Vlak voor de zomervakantie ontving de Visio school in Grave bezoek van oud-top-zwemster Ranomi Kromowidjojo en internationale top-handballer Ephraïm Jerry. Ranomi vertelde over haar zwemcarrière. De leerlingen konden vragen stellen en mochten de Olympische gouden medaille vasthouden. Ranomi vertelde onder meer over hoe positieve gedachten je kunnen helpen om te gaan met tegenslag. “Het is belangrijk om het beste uit jezelf te halen, dat lukt niet altijd, maar doorgaan en

doorzetten helpt. Je kunt dit vertalen naar elke situatie: je moet ergens voor willen werken, en als je het echt wil kom je er wel.” Ephraïm Jerry verzorgde ook nog een handbalclinic, waar niet alleen de leerlingen van Visio aan meededen, maar ook de leerlingen van het Graafse Merletcollege. Zo werd de sportochtend tegelijk ook een ontmoeting van ziende leerlingen en leerlingen met een visuele beperking. Alle leerlingen waren na deze sportochtend een ervaring rijker.



Barbie

Onlangs introduceerde Mattel een Barbie met een visuele beperking. Jezelf kunnen herkennen in de wereld om je heen is voor kinderen heel belangrijk. En hoe kan dat beter dan via speelgoed? Voor kinderen met een visuele beperking is het mooi dat er nu een Barbie is die op hen lijkt. En kinderen die goed kunnen zien maken zo spelenderwijs kennis met mensen met een visuele beperking. Niet alleen Barbie zelf is inclusief, haar verpakking en outfit zijn dat ook. In een eenvoudig te openen doos, met braille, draagt Barbie kleding met voelbare structuren.

Dag van de Witte Stok

Jaarlijks vindt op 15 oktober de Dag van de Witte Stok plaats. Dan gaan mensen met een taststok de straat op om aandacht te vragen voor het gebruik van de taststok in de openbare ruimte. Dit jaar is het thema: ‘Op pad met de witte stok, geef ons de ruimte!’. Op de Dag van de Witte Stok organiseert de Oogvereniging acties door heel Nederland. Van wandelingen met lokale politici tot parcoursen voor voorbijgangers op straat, deze activiteiten dragen bij aan het bewustzijn van de maatschappij.



Op stap met de witte stok, geef ons de ruimte!



Tastworkshop

In het Collectie Centrum Nederland in Amersfoort bevindt zich een deel van de collectie van het Rijksmuseum. In dit centrum in Amersfoort worden op 8 september, 23 oktober en 20 november speciale tastworkshops georganiseerd. Glasconservator Maartje Brattinga leert deelnemers om kunstwerken van glas beter te begrijpen.

Zij vertelt per kunstwerk over het materiaal, de geschiedenis en het gebruik. Iedereen kan na een korte instructie de kunstwerken zelfstandig hanteren. Tijdens de workshop krijgen alle deelnemers tegelijkertijd hetzelfde soort object in handen, zodat tijdens de uitleg van een bepaalde stijl of techniek, meteen voelbaar is waar over verteld wordt. De workshop is te boeken via de website: <https://www.rijksmuseum.nl/nl/zien-en-doen/toegankelijkheid/tastworkshop>

Jenny Klouwer voelt zich goed thuis op de set.

Productiemaatschappij Het Shot verzorgt al zo'n 6 jaar de verhaallijn van de 'serious game' voor Mediamasters. Een spel dat op meer dan de helft van alle basisscholen van Nederland gespeeld wordt in de week van de mediawijsheid. Elk jaar gaat Het Shot op zoek naar acteurs voor deze productie. Eerder was er in de cast al een dove jongen, nu zochten ze iemand met een visuele beperking. Die zoektocht leidde hen naar Jenny Klouwer.

door Jenneke van Dongen | foto Evan Karageorgos

Even in de huid van een ander kruipen



Dit wil ik gaan doen

Een actrice in de dop, zo mag je de 15-jarige Jenny Klouwer gerust noemen. Ze speelde al in een theaterproductie op school, heeft af en toe kleine rolletjes in producties en volgt lessen op de musicalschool. "Ik had wel acteerlessen op school (red. Visioschool Amsterdam), maar had geen plannen om daar iets mee te gaan doen. Totdat ik vorig jaar van mijn dramadocent hoorde dat een productiehuis in België iemand zocht met een visuele beperking. Ik nam een auditiefilmpje op en toen ik dat filmpje had gemaakt was het ineens duidelijk voor mij: dit is wat ik wil doen!"

Afwijzing

Van het Belgische bedrijf vernam Jenny niets meer, maar het zaadje was geplant. Ze schreef zich in op een paar websites, waar je je kunt aanmelden voor openbare audities. Ambitieuze, zeker als je retinitis pigmentosa hebt en zeer slechtziend bent. "Het is soms lastig als ik een afwijzing krijg na een auditie. Als ik een afwijzing krijg met als reden dat ze een ander persoon voor die rol zoeken, dan is dat prima. Zo werkt dat in deze wereld. Maar soms krijg je een afwijzing, zonder dat daar een reden voor gegeven wordt. En dan vraag ik me toch af of ik afgewezen word omdat ik een visuele beperking heb."

Plezier in het spelen

Heel gek is die veronderstelling helaas niet, want menig artikel over acteurs met een visuele beperking spreekt van de moeite die het kost om een rol te bemachtigen. Komt dit doordat acteurs met een visuele beperking veel begeleiding nodig hebben of doordat een producent dént dat er veel begeleiding nodig is. Jenny denkt dat het met name het laatste is. "Natuurlijk heb ik wel eens hinder van mijn beperking. Ik moet bijvoorbeeld alles van een scène helemaal in mijn hoofd hebben. Ik kan niet tussendoor even op een papiertje kijken. En soms wordt er in het groepje waar je mee aan het filmen bent iets gezegd, waarvan ik niet direct weet of het wel of niet voor mij bedoeld is. Dus dan luister je ingespannen mee en blijkt het niet voor jou bedoeld te zijn. En ja, ik heb soms iets meer tijd nodig om te weten hoe een ruimte in elkaar steekt. Maar ik kan net zo goed een rol spelen als mensen die goed zien." Jenny heeft vooral heel veel plezier in het spelen. Steeds in een andere rol mogen kruipen. Even niet jezelf zijn, maar een ander mogen spelen. "Dat inleven in een rol, ik vind het fantastisch. Een heel serieuze rol spelen of een emotioneel gesprek moeten voeren of lekker schreeuwen als een boos persoon. En dan niet in de lach schieten natuurlijk!"

Mediawijsheid

Van 7 tot en met 15 november is de landelijke week van de mediawijsheid. In die week kunnen alle basisscholen volledig gratis mee doen met de 'serious game'. Er is bovendien een versie met audiodescriptie beschikbaar. Jasper ten Hoor van Het Shot: "Het spel dat we nu in Beekbergen aan het filmen zijn wordt een spannend en interactief spel. Het draait om een groepje mensen dat zich ineens in een trein bevindt en daar op de een of andere manier uit moet zien te komen. De leerlingen kunnen het verhaal zelf een richting op sturen door keuzes te maken. Die keuzes hebben bijvoorbeeld te maken met wie en wat je vertrouwt op het internet. Het spel is voor de leerlingen van groep 5 t/m 8."

Doorzetten

Jenny hoopt na haar Havo examen op een acteeropleiding toegelaten te worden. "En als het dan allemaal lukt dan kan ik laten zien dat je alles kunt worden wat je wil. Dat je je niet moet laten tegenhouden door een beperking. En dat je moet doorzetten als het moeilijk wordt. Je kunt meer dan je denkt." ■

Handig Bollenplanter

Volgend voorjaar genieten van een tuin vol kleur? Dan is het dit najaar tijd om bloembollen te poten. Plant de bollen voor de eerste nachtvorst.

Automatische bollenplanters kunnen hierbij handig zijn. Daarmee maak je gaten in de aarde met de juiste afmetingen. Je klemt de bloembol in de planter en brengt hem op gewenste diepte aan. Dit is driemaal

de hoogte van de bloembol. De bollenplanters hebben een diepte-aanduiding. Maar als je blind of slechtziend bent, moet je daar waarschijnlijk even een voelbaar merkje voor maken: een stukje tape aanbrengen, een bump-on plakken of misschien met een scherp voorwerp een groefje maken. De automatische ontgrendeling op de handgreep zorgt ervoor dat je het gemaakte gat snel

weer kunt dichtn na het plaatsen van de bloembol.

Informatie:

Automatische bollenplanters kosten rond de 20 euro. En zijn te koop bij tuincentra en online winkels, zoals Bol.com.

Tip: geurende bolbloemen te koop bij Manufactum.nl ■

Met dank aan Wim Pierik, kennismakelaar Koninklijke Visio



Lies Tax: 'Een digitale Stem van Grave leest een stuk prettiger'

Lies Tax is 83 jaar en woont in Den Bosch. Haar ouders zijn jaren terug al overleden. In de laatste fase van hun leven heeft Lies haar ouders verzorgd. "Dat heb ik met veel voldoening gedaan", vertelt ze. Na het overlijden van haar ouders nam Lies ook de jaarlijkse donatie aan de KSBS voor haar rekening. "Thuis lezen we met veel interesse de Stem van Grave. Ik heb het altijd al een goed doel gevonden", diept Lies op uit haar geheugen.

door Corné Verschuren

De exacte aanleiding van het donateurschap van haar ouders weet Lies niet. "Mensen die iets aan hun ogen hebben, daar hadden we wat mee." 'Medelijden' vindt ze een te groot woord. "Het niet of slecht kunnen zien is toch wel een flinke beperking."

Lezen met een loep

Van dichtbij maakte ze het bij haar moeder mee. "In haar jeugd was haar oog beschadigd geraakt, nadat ze in een bos 'katjes' was gevallen. Op latere leeftijd kreeg ze oogklachten. Die konden alleen worden verholpen met een hoornvlies-transplantatie. Daar waren ze in die tijd nog terughoudend mee. Ze moest toen met een loep lezen."

Zelf heeft Lies als gevolg van gordelroos moeite met het zien van diepte. "Vooral met traplopen moet ik uitkijken." En zo'n twintig jaar geleden is ze geopereerd aan staar. "Dat maakte het lezen en tv-kijken wel een stuk gemakkelijker."

Lezen op de tablet

Lies is werkzaam geweest in het basis-onderwijs en het speciaal onderwijs bij kinderen met leer- en gedragsproblemen. "In Nijmegen ben ik begonnen aan de studie (ortho)pedagogiek, maar die heb ik niet afgemaakt. Ik heb toen MOA pedagogiek gedaan. Dat was belangrijk voor de praktijk. Later heb ik op verschillende scholen remedial teaching gegeven aan kinderen met leerproblemen."

Ondanks haar respectabele leeftijd is Lies best handig met een smartphone of tablet. "Sinds kort lees ik De Stem van Grave digitaal. Artikelen over buitenlandse projecten en de medische rubriek lees ik graag. Op de tablet kan ik bijvoorbeeld artikelen vergroten. Het bevalt mij goed en het leest een stuk prettiger." ■

Net als Lies overstappen naar de Digitale Stem?

In de digitale Stem vindt u als extraatje verwijzingen naar filmpjes of uitgebreidere informatie. Wilt u voortaan De Stem ook digitaal ontvangen? Stuur dan een e-mail naar donateurs@ksbs.nl. Vermeld in de onderwerpregel: 'aanmelding digitale Stem' en in de e-mail uw naam en lidmaatschapsnummer.

Ook digitaal?



Marketeer Inge de Munnik werd anderhalf jaar gele

'Ik ben nog



Vrijwel iedereen die op latere leeftijd blind of zeer slechtziend wordt, heeft hetzelfde probleem: waarschijnlijk is er niemand in familie of vriendenkring die eveneens blind is. Je nieuwe leven afkijken bij een ander lukt dus niet. Je moet het allemaal zelf gaan leren, proberen en ontdekken. Zo ook Inge de Munnik uit Den Bosch. Met de website Blindfluencers.nl wil zij blinden en slechtzienden helpen een zo onafhankelijk en zelfstandig mogelijk leven te leiden.

door John van Enkevort | foto's John Smits

Terwijl Inge de Munnik (63) zich thuis aan de grote tafel installeert, zet partner Fred koffie in de keuken. Het is geen dagelijks ritueel. "Ik kan het namelijk zelf ook", legt ze uit. "Dat heb ik mezelf geleerd omdat ik voor mijn kopje koffie niet

Vrij Toegankelijk Rijksmuseum Tastbare verhalen

door John van Enkevort

Het Rijksmuseum is wellicht het beroemdste museum van Nederland. Maar als je De Nachtwacht niet of nauwelijks kunt zien, wat is er dan te beleven? Maar liefst 62 leerlingen van de Visio-school in Grave namen de proef op de som en lieten zich begin juli opgedeeld in groepjes meevoeren naar de Gouden Eeuw.

Gids Michelle is een beetje zenuwachtig. Ze heeft vaker slechtziende en blinde mensen rondgeleid, maar de laatste keer was enige tijd geleden. "En meestal ging het dan om één of twee personen." Nu staan er zeven leerlingen (en twee Visio-docenten) voor haar neus. Wanneer iedereen een koptelefoon heeft, vooral bedoeld om het geluid van de vele andere bezoekers te dempen, kan het avontuur beginnen. Al lopend ("een kwartslag naar links

draaien en dan gaan we over twee meter 21 traptreden omhoog"), komen de leerlingen op de befaamde tweede verdieping terecht.

Naast de met veel interesse aangehoorde verhalen achter de schilderijen, rust de rondleiding van Michelle met deze groep op de pijlers voelen en (inter)actie. Op deze manier worden de schilderijen figuurlijk (letterlijk mag natuurlijk niet) tastbaar. Wel worden de

glas-in-loodramen aangeraakt, net als - met handschoentjes - een groot kanon. Staand bij het schilderij Stilleven met kazen gaat een glas rond met bultjes aan de voet: "Mensen aten vroeger veel met hun handen, een glad glas zou uit hun vette vingers glijpen." Vervolgens legt Michelle samen met de leerlingen een link tussen de opschepperig uitgestalde rijkdom op het stilleven en hoe er tegenwoordig op de sociale media wordt gepronkt. Hilarisch wordt

steeds dezelfde'



Inge deelt haar ervaringen via blindfluencers.nl

van anderen afhankelijk wil zijn." Gelukkig is iets nieuws leren haar tweede natuur. "Ik was altijd al ondernemend, doe graag nieuwe dingen en sta met mijn neus vooraan bij innovaties. Met mijn mobiel was ik zeker zo handig als de jonge millennials."

Be My Eyes

Met die drive verbaast het niet dat Inge zich ontwikkelde tot een succesvol online marketeer. Als kind van ondernemende ouders in de Waalwijkse schoenindustrie studeerde ze levensmiddelentechnologie en werkte ze lange tijd bij de ondertussen verdwenen supermarkt

EDAH. In die periode al ging haar hart sneller kloppen wanneer ze een nieuw plan had, of een trend zag waar ze wel iets mee kon. "Dat heb ik nog steeds. Buiten mijn blindheid om ben ik namelijk nog steeds dezelfde. Zo raakte ik de laatste tijd bijzonder geïnteresseerd in de mogelijkheden die innovatieve technieken als Artificial Intelligence in de toekomst voor blinden kunnen bieden." Inge pakt haar telefoon en maakt een foto. Tien seconden later beschrijft de app Be My Eyes wie er tegenover haar zit en wat die persoon aan het doen is ('hij heeft een pen in zijn hand en het lijkt alsof hij aan het schrijven is'). "Behalve deze beschrijvingen kun je via deze app ook een live videoverbinding maken met een vrijwilliger, die jou kan helpen met welke kleren goed bij elkaar passen, of de houdbaarheidsdatum van een product voorleest." Wereldwijd hebben zich al meer dan zeven miljoen vrijwilligers aangemeld voor Be My Eyes, waaronder Fred en Inge's kinderen.

Te raar

Begin 2023 werd Inge blind door complicaties bij het operatief verwijderen van een meningeoom, die tegen haar oogzenuw drukte. "Daar was ik in 2016 al succesvol aan geopereerd, al bleek achteraf dat een klein deel van de tumor niet was verwijderd. Ik bleef onder controle, maar kreeg eind 2022 plotseling ernstige klachten. Het restant van de tumor was zo hard gegroeid, dat ik zo snel mogelijk opnieuw een operatie moest ondergaan. Dat was op 12 januari 2023, en dat ging dus mis." Los van het feit dat ze de artsen niks verwijt, is het voor Inge vanzelfsprekend een vreselijke gewaarwording. "Twee weken lag ik in het ziekenhuis. Ik kan me daar weinig van herinneren, weet wel dat de beperking bij mij langere tijd niet binnenkwam. Te raar, te veelomvattend."

Veelbelovende nieuwkomer

Terwijl ze onder andere op revalidatiecentrum 't Loo Erf in Apeldoorn leerde om praktisch én

mentaal om te gaan met haar nieuwe situatie, was ze in haar hoofd natuurlijk ook bezig met het leven daarna. "Ik houd ontzettend van het werk als online marketeer, dus logisch dat ik naar mogelijkheden zocht om dat werk weer op te pakken. Ik ben een harde werker én een doorzetter, dus waarom niet?" Met een beetje mazzel dacht Inge na een jaar of twee weer volledig actief te kunnen zijn en nieuwe manieren te hebben geleerd

om met pc, mobiel en andere hulpmiddelen haar werk te doen. "En dan zou ik na een jaar vanzelfsprekend worden uitgeroepen tot meest veelbelovende

nieuwkomer", lacht ze. "Of anders een jaar later, nog nét voordat ik met pensioen ga."

Zelfredzaamheid

Ondertussen was ze al begonnen met haar website www.blindfluencers.nl. "Voordat ik blind werd, kende ik niemand in mijn vrienden- en kennissenkring die blind of zeer slechtziend was. Het betekende dat ikzelf, mijn partner Fred en mijn familie de vele implicaties ervan zelf moesten ervaren en oplossen. Ik vermoedde dat veel van mijn lotgenoten in diezelfde situatie terecht kwamen. Daarom wilde ik mijn eigen ervaringen en verhalen met anderen delen, in de hoop het voor hen net iets eenvoudiger te maken." Met haar kennis van het internet bouwde ze een toegankelijke website, waarbinnen je gemakkelijk kunt zoeken naar die informatie (bijvoorbeeld over zelfredzaamheid, activiteiten of hulpmiddelen) die voor de lezer interessant is. Zelf vertelt Inge er onder andere over haar ervaringen op vakantie met luchtvaartmaatschappijen en over opnieuw leren communiceren.

Ommezwaai

De website groeide in artikelen en in aantal bezoekers. Dat zorgde uiteindelijk voor een ommezwaai in haar toekomstbeeld. "Wat ik met Blindfluencers deed, was eigenlijk goed vergelijkbaar met wat ik altijd wilde als marketeer: iets bieden wat er nog niet of nog niet goed genoeg was, én daarmee succesvol zijn. Ik vind het dus ook bijzonder leuk en waardevol om te doen. Gelukkig ben ik in de omstandigheid dat ik in de laatste jaren voor mijn pensioen niet per se nog een betaalde baan nodig had. Dus nu is Blindfluencers mijn baan."

Mede-Blindfluencers

Al regelmatig krijgt Inge e-mails van lotgenoten die blij zijn met de informatie op de website. Nu is het tijd voor een versnelling, vindt ze: "Ik zoek mede-Blindfluencers. Mensen die specialistische kennis voor slechtzienden en blinden hebben op een bepaald gebied en dat graag willen delen. Zodat we samen nog meer mensen kunnen helpen." ■ <https://blindfluencers.nl/blindfluencer-worden/>



Voelbare kunst in het Rijksmuseum.

het (ook voor de andere bezoekers) wanneer Michelle haar groepje tot slot het schilderij De Bedreigde Zwaan laat uitbeelden, al durft niet iedereen zich zonder stok in dezelfde houding als de gestreste vogel te manoeuvreren. "Het was zeer geslaagd", zo vat Visio-docent en organisator van het museumbezoek André Vurens na afloop de stemming van zijn leerlingen samen. "Het regelen had flink wat voeten in de aarde, maar we komen zeker terug." ■



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 Augustine Asangbah, zelf blind maar desondanks werkzaam als maatschappelijk werker in de Volta-regio van Ghana.

Augustine Asangbah: 'Mijn persoonlijke verhaal geeft hoop'

door John van Enckevort

Wie ben je?

Ik ben Augustine Asangbah, 35 jaar, getrouwd en vader van twee dochters en een zoon. Tegenwoordig woon ik in Abansi, onderdeel van de stad Hohoe in het zuidoosten van Ghana. Op mijn 17e ben ik blind geworden. Dat kwam door problemen met mijn netvlies, maar de specifieke oogziekte weet ik niet.

Op welke manier heb je vervolgens hulp gekregen?

Nadat mijn moeder eerst erg terneergeslagen reageerde, heeft ze daarna hemel en aarde bewogen om me te helpen. Zonder haar en de steun van mijn oudere broer Kafui zouden de spreekwoordelijke muren te hoog voor me zijn geweest. Uiteindelijk mocht ik revalideren bij de Akropong School for the Blind. Ik leerde er oriëntatie en mobiliteit, en hoe ik hulpmiddelen kon gebruiken. Het feit dat er in Ghana nog veel stigmatisering is rondom blindheid, maakt revalideren extra moeilijk. Ook sommige vrienden lieten nooit meer van zich horen nadat ik blind werd. In 2014 studeerde ik af als maatschappelijk werker.

Waaruit bestaat je werk als maatschappelijk werker?

Werkend voor de overheid is het mijn voornaamste taak om blinde kinderen en jongeren in de maatschappij te laten integreren. Ik help bijvoorbeeld families zich te verzoenen met de visuele beperking van hun kind en geef advies hoe met deze kinderen om te gaan aan kindercrèches, ziekenhuizen en weeshuizen. Ik streef ernaar dat kinderen met een visuele beperking alle hulp krijgen om een onafhankelijk leven te leiden. Verder ben ik bijvoorbeeld op drie

regionale radiostations te horen, waar ik uitleg geef over slechtziendheid en blindheid.

Kun je een voorbeeld geven?

Op een gegeven moment vroegen de ouders van Afetsevi Reuben mij om raad. Ik heb ervoor gezorgd dat hij ondanks zijn visuele beperking naar een reguliere school kon, met de hulpmiddelen die ik voor hem regelde. Bijvoorbeeld pratende rekenmachines en mobieltjes met spraaksoftware kunnen zo'n groot verschil maken. Afetsevi is nu bijna klaar met zijn middelbare school en is een goede vriend van me geworden.

Wat is je connectie met Visio International?

Los van de laptop die ik heb gekregen, zit ik in een belangenbehartigingsgroep waar ik van Visio leer hoe ik kinderen met een visuele beperking nog beter kan helpen. Ook schrijf ik mee aan een handleiding voor maatschappelijk werkers voor deze doelgroep. Tot slot train ik samen met Visio de psychosociale competenties van ouders met een slechtziend of blind kind.

Wat is je toekomstambitie? Voor jezelf en voor je werk?

Als eerste prijs ik me al bijzonder gelukkig dat ik zelfstandig leef en werk en een geweldig gezin heb. En in staat ben om voor mijn moeder te zorgen. Qua werk blijf ik studeren, zodat ik mensen met een beperking nog beter kan helpen en motiveren om het maximale uit hun leven te halen. Op een bescheiden manier ben ik een soort rolmodel voor hen en voor hun ouders. Wanneer ze mijn verhaal horen, krijgen ze weer hoop op een mooie toekomst. ■



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

Blindganger

Verhuizen

Goede voorbereiding, Geduldige adviseurs en een beetje Geluk. Dat zijn belangrijke ingrediënten om als echtpaar met visuele beperkingen succesvol te verhuizen.

Doordat de bouw van "ons" appartementencomplex ongeveer een jaar uitliep, hadden wij wel zo'n twee jaar tijd om ons voor te bereiden. We benaderden al in een vroeg stadium familie, vrienden en bedrijven om mee te denken en ons te ondersteunen. Zo hadden we al vrij snel het logistieke plan klaar. Eerst gingen we ontspullen. Kritisch liepen we de ruimtes in onze flat door. En vooral alle spullen in onze berging. Veel fotomateriaal en andere visuele zaken moesten het ontgelden. Daarnaast wilden we een aantal hobbymaterialen uit onze berging langere tijd bij anderen onderbrengen. Zo zou er in die berging plaats voor de verhuisdozen komen. "Maar o jee", zuchtte Hermine, "hoe moet dat in ons nieuwe appartement, waar we dan ook nog niet goed gewend zijn, met al die verhuisdozen?" "Dan hanteren we de omgekeerde route", zei ik. "Eerst veel dozen in de berging en kalm aan één voor één uitpakken."

Al heel vroeg gingen we met familie de keuken uitzoeken, op zoek naar een mooie en praktische vloer, naar gordijnen en wat nieuwe meubels. Eén schoonzus dacht heel geduldig mee over de kleuren van de gordijnen, passend bij de keuken, bij de vloer enz. Niet te druk en wel warm. Een andere (schoon)zus ging er een avondje voor zitten om alle onderdelen van diverse kastjes bij een Zweeds warenhuis te bestellen. En ook daar moesten we besluiten nemen over de juiste kleuren.

Toen we de sleutel van ons appartement hadden, konden we bekijken welke accentkleur er op bepaalde muren zou komen. Na een goede voorselectie door de schoonzus, kon Hermine met haar beetje zicht vlot een besluit nemen. En geluk: de gekozen kleur komt geweldig uit bij de gordijnen. Het lijkt wel of die kleur ook in de gordijnen zit! Voor de badkamer hadden we direct het idee dat we een afscheiding bij de douche wilden. Anders zou alles toch veel te nat worden! Bij ons eerste plan, met twee elementen van hoge kwaliteit, zou de deur niet helemaal open kunnen draaien. Maar die deur bleek niet geschikt in onze badkamer. Toen kochten we een complete set van wand met deur, van ietsje mindere kwaliteit. En - wat een geluk - die deur kan wel helemaal open!

Al met al is onze verhuizing een succes geworden. Maar de weken vlak voor en na de verhuizing waren wel intensief en pittig. Er waren ook grotere en kleinere tegenvallers. Je kan niet alles voorbereiden, laat staan voor-zien! ■



Augustine Asangbah met zijn vrouw en een van zijn kinderen.

Serie aandoeningen aan het oog

Alissa Willig (1986) studeerde geneeskunde aan de Maastricht University en volgde de opleiding oogheelkunde aan het Academisch Medisch Centrum Amsterdam (nu UMC). Ze is oogarts en medisch coördinator in Zaandam, bij Bergman Clinics, met vestigingen verspreid over heel Nederland. Alissa heeft acht jaar ervaring als oogarts en behandelt veel patiënten met diabetes mellitus (suikerziekte). Haar expertise is medische retina (netvliesafwijkingen). Als gevolg van suikerziekte kunnen problemen ontstaan in de bloedvaten van de ogen (netvliesafwijkingen), nieren en in de rest van het lichaam. "Als netvliesproblemen niet worden behandeld, kan dat leiden tot slechtziendheid. Daarom is tijdige en regelmatige controle belangrijk."

door Thea Westerbeek



FOTO: BERGMAN CLINICS

Bij diabetes is regelmatige controle van de ogen erg belangrijk

Oogproblemen van diabetespatiënten

Wat is diabetes mellitus?

Het hormoon insuline wordt gemaakt door cellen in de alvleesklier. Insuline zorgt ervoor dat bloedsuiker wordt opgenomen in onze cellen. Ons lichaam haalt bloedsuiker vooral uit voedsel. Diabetes mellitus is een aandoening waarbij de suikerstofwisseling (glucose) wordt verstoord. Het lichaam maakt geen (type 1) of onvoldoende (type 2) insuline aan.

Welke relatie is er tussen diabetes en oogproblemen?

Als de suikers niet goed worden afgebroken, kan dat schade geven aan de kleinste bloedvaten die het netvlies (retina) van zuurstof voorzien. Dat wordt diabetische retinopathie genoemd. De netvliesafwijkingen komen in verschillende stadia voor, van gering tot ernstig. Door het zuurstoftekort verwijden de bloedvaten. Dat kan leiden tot lekkage van vocht of bloed en van uitval van bloedvaatjes. Er worden nieuwe, slecht

functionerende bloedvaatjes gevormd. Nieuwe bloedvatvorming kan leiden tot netvliesloslating.

Wie heeft meer dan gemiddeld kans om diabetes te krijgen?

Mensen die genetisch belast zijn. Diabetes komt ook vaker voor bij mensen met hindoestaanse of negroïde afkomst. Deze diabetes is niet te voorkomen. Wel te voorkomen is diabetes als gevolg van een ongezond leefpatroon – hoog cholesterol, roken, obesitas. Verder kan diabetes een bijwerking van medicatie zijn of voorkomen tijdens de zwangerschap.

Waarom kun je merken dat je diabetes hebt?

Als je erg afvalt, moe bent, vaak dorst hebt en veel moet plassen.

En waarom kun je merken dat je oogproblemen hebt?

Als het zicht achteruitgaat. Dat kan heel snel

optreden. Hoe langer je diabetes hebt, hoe meer kans op oogaandoeningen. Daarom is controle zo belangrijk. Dat kan slechtziendheid of zelfs blindheid voorkomen.

Zijn er oplossingen voor deze oogproblemen?

Vroeger kon je oogproblemen alleen voorkomen door de juiste instelling van je suikers en bloeddruk. Dat is overigens nog steeds de beste manier om geen oogaandoeningen te krijgen. Inmiddels zijn er meerdere behandelmethoden, waaronder laseren (argon) en injecteren (intra-vitreale injecties). Bij laseren maken we lekkende bloedvaatjes dicht. Tegenwoordig injecteren we vaker. Daarbij spuiten we een stofje (anti-VEGF) dat onder andere lekkage tegenhoudt, in het centrum van het oog.

De behandelingen zijn belastend, zeker als ze om de vier tot zes weken plaatsvinden. Het oog wordt verdoofd met een vloeistof en opengehouden met een klemmetje. Zo'n laser of naald in je oog is onaangenaam. Sommige mensen zien er tegenop, anderen vinden het meevallen. Maar hoe dan ook helpt het om het zicht te behouden, en dat is winst.

Henk Wierenga (1969) heeft sinds zijn twaalfde erfelijke diabetes type 1. "Mijn zus had dat ook, mijn vader, een tante en mijn oma hadden type 2."

Wanneer kreeg je oogproblemen?

Rond mijn dertigste werd tijdens controles vastgesteld dat ik lekkende bloedvaten had. Ik stond jaarlijks onder controle, want van die bloedinkjes voel je niets. Ik wist: als het in de buurt van de gele vlek komt, wordt het gevaarlijk, met kans op gezichtsverlies.

Hoe vond je de behandeling?

Mijn ogen werden gelaserd. Ik was elke keer doodsbenaamd, want ik vond het een heel akelige ervaring. Ook al kreeg ik verdovingsdruppels, toch voelde het ongemakkelijk. Ik werd ongeveer zeventien keer behandeld, daarna konden ze niet overal meer bij. Ik moest worden geopereerd.

Wat hield die operatie in?

Er is afgelopen jaar een grote bloeding in mijn oog

ontstaan, die zwarte vlekken veroorzaakte, en dat belemmerde mijn zicht. Ik zag nog maar negentien procent. Mijn ogen werden operatief gelaserd en tegelijk kreeg ik een staaroperatie. Nu zie ik weer honderd procent. Zolang ik mijn suikers goed regel, bestaat de kans dat het stabiel blijft. Maar ik word onder controle gehouden, want bij diabetes bestaat altijd risico op complicaties. ■



In welke gevallen is sprake van een operatie?

Bij een grote bloeding in het oog die niet spontaan herstelt wordt het glasvocht met bloed operatief verwijderd en wordt er vervolgens gelaserd. Dit kan in combinatie met een staaroperatie. Diabetes wordt weleens onderschat, maar het kan veel schade in het lichaam veroorzaken en bijvoorbeeld de wondgenezing bemoeilijken. Gelukkig is de behandeling van diabetes erg in ontwikkeling, met insulinepompen en tegenwoordig ook sensoren, die ervoor zorgen dat de bloedsuikerwaarden van diabetespatiënten stabiel blijven. ■

Portret van een leerling

Wies Hoeksema,
12 jaar
Basisschool
Lavor Morelberg,
Roosendaal,
groep 8



'Animaties voor films maken vind ik interessant'

door Corné Verschuren

Je hebt in juni afscheid genomen van de basisschool. Kun je iets over school vertellen?

Ik heb vanaf het begin op een gewone basisschool gezeten. Dat is altijd goed gegaan. Groep 8 vond ik het leukste jaar. Nederlands was een van mijn favoriete vakken. Maar Engels ligt mij ook wel.

Van de basisschool ga ik mijn medeleerlingen het meeste missen. Gelukkig zijn twee vriendinnen ook naar het Jan Tinbergen College in Roosendaal gegaan. We gaan nu elke dag samen naar school fietsen.

Kun je je beperking uitleggen?

Jazeker! Ik heb coloboma in beide ogen en zie tussen de 25 en 30 procent. Ik ben ermee geboren. Mijn ogen zijn tijdens de zwangerschap niet volgroeid. Ik kan onder andere niet goed veraf zien en ik zie geen diepte.

Ben je weleens gepest op school?

'Waarom staan je ogen scheef', vragen ze weleens. Dat vind ik geen probleem. Ik kan dan uitleggen wat mijn beperking is en waardoor ik slechtziend ben. Mijn klasgenoten vonden dat al snel heel gewoon. Ik struikel weleens. Dan mis ik bijvoorbeeld de laatste trede van de

trap en val voorover. Daar kan ik soms zelf ook erg hard om lachen.

Benaderen mensen je ook weleens verveleend?

Soms staren mensen lang naar mijn ogen. Dat vind ik niet altijd comfortabel. Dan leg ik mijn beperking uit. Soms denken mensen dat ik niets kan. Dan reageer ik: als het mij niet lukt, dan vraag ik wel om hulp.

Vind je de overstap naar de middelbare school spannend?

Best wel! Ik fiets met twee vriendinnen naar school. Nu ik de weg ken is het goed te doen. Ik heb deze zomer de route naar mijn school goed geoefend. Ook het kijken op een digibord vond ik spannend. Dichterbij gaan zitten is dan de oplossing. Ik draag vaak een pet vanwege het licht. Op mijn lievelingspet staat een afbeelding van een tijger.

Je bent in het zonnetje gezet door de burgemeester vanwege inclusie. Wat is dat?

Inclusie betekent dat mensen met een beperking erbij horen. Ik ga bijvoorbeeld naar pretparken of dierentuinen om te kijken of alles goed toegankelijk is voor visueel beperkten. Zijn de borden goed zichtbaar en leesbaar voor slechtzienden? Of zijn

de looproutes goed toegankelijk? Daar schrijf ik dan een review over.

Pretparken als De Efteling zoeken vaak via organisatie Accessibility mensen die een review willen maken. Daar geef ik me voor op. Mensen met een beperking horen erbij. Ik ben ambassadeur van 'Welkom bij de Club van Roosendaal'. Ik vertel graag aan mensen hoe het is om een visuele beperking te hebben en wat er allemaal mogelijk is. Daarom heb ik van de burgemeester een jongerenroos met oorkonde en speldje gekregen.

Een flauwe vraag: wat wil je worden als je later groot bent?

Ik ben dol op tekenen. Misschien kan ik editor worden of animator. Op de computer kan ik dan animaties voor films maken. Dat lijkt me leuk, maar dan moet ik wel iets handiger worden op de computer.

Heb je nog een plan-B?

Dan word ik het liefst kok. Ik houd van lekker eten, zoals tzatziki. Thuis eet ik graag soep, het liefst tomatensoep. Die maak ik zelf, net als de tzatziki.

Wat is je grootste droom?

Op een grote muur een tekening maken of met graffiti aan het werk gaan. Ik teken wat in me opkomt. Bijvoorbeeld een grappige doedel. Dat is een snelle schetstekening waarbij mensen hun fantasie moeten gebruiken. ■

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 Marja Brouwer, Frieda Emmerik, Barbara van Gelder, Lenny Melssen, Wim Pierik, Anouk Stein
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 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.

Visio

De KSBS steunt projecten voor blinde en slechtziende mensen. **Help mee.** Scan voor een eenmalige donatie.

