

TIJDSCHRIFT VAN MEE

Doe mee!

2015
WINTER

DAG HILLE!

'Als ik dood ben,
moet je niet gaan
miepen, hè mam?'

**HOOGOPGELEID
EN BEPERKT**

Wat zijn dan de
kansen op de inclusieve
arbeidsmarkt?

CLIËNTONDERSTEUNING

'Deze onafhankelijke
hulp is goud waard'

**BIBIAN MENTEL
HEEFT KANKER:**

'De topsporter in mij
is altijd bezig met de
volgende wedstrijd'

MICHEL & BEP

'Er bestaat geen
goed of fout tijdens
onze djembélessen'

mee

te gast corné

Elke editie van Doe mee! schuift er een cliënt aan van MEE die als gastredacteur meedenkt over de inhoud. Deze keer is dat Corné van Houten (18) uit Groningen. “Vanuit het niets is mijn

leven twee jaar geleden volledig veranderd. Ik was aan het werk bij een supermarkt toen ik plotseling erg benauwd werd. Het werd maar niet beter. Onderweg naar huis ben ik een cafetaria in gevluht om hulp te vragen en daar ben ik buiten bewustzijn geraakt. Twee maanden hebben de artsen me kunstmatig in slaap gehouden en alle mogelijke onderzoeken op me losgelaten. Er is helaas geen oorzaak gevonden. Als gevolg van ernstige complicaties tijdens mijn opname zijn mijn hersenen en zenuwen beschadigd. In een revalidatiecentrum ben ik maandenlang behandeld en sinds een jaar woon ik weer thuis bij mijn vader. Hij verzorgt me 24 uur per dag. Of alles ooit nog goed komt, is niet te zeggen. Ik ga in hele kleine stapjes vooruit, heb nog wekelijks fysiotherapie en ga drie dagen naar een dagbesteding. Daar geniet ik, samen met een vriend die ik er heb leren kennen. Via onze spraakcomputers ouwehoeren we er heel wat af. Ik kan niet meer praten, maar mijn humor heb ik gelukkig behouden.”

Corné van Houten (18)

Door een hersen- en zenuwbeschadiging is Corné motorisch ernstig beperkt geraakt. Hij kan zijn benen niet bewegen, zichzelf niet omdraaien en niks vastpakken. In zijn nek heeft hij veel krampen en praten lukt niet. Sinds kort kan hij weer proeven en ruiken, maar hij krijgt geen hongergevoel. Eten krijgt hij toegediend via een sonde.

Bekijk in de app een optreden van Mr. Polska

Tatoeages: als de naald aangaat, word ik blij

Nederlandstalige rap van bijvoorbeeld Mr. Polska

Boccia, dat is een soort jeu de boules

tekst en fotografie IVO HUTTEN

inhoud

OPVOEDING

6

HILLE HAD HET DOWNSYNDROOM

Norma Sijthoff over het leven van haar zoon: 'Hille was klaar in dit leven'

WIJ DEDEN MEE!

10

DOE MEE! STOPT

Terugkijken en vooruitblikken met drie oud-gastredacteuren

CLIËNTONDERSTEUNING

14

VADER REINIER:

'Deze hulp is met name bij heel praktische zaken goud waard'

WERKEN

16

HOOGOPGELEID EN BEPERKT

'Als je mij ziet, denk je misschien dat ik alles kan. Maar dat is helaas niet zo'

INTERVIEW

20

PARALYMPIËR BIBIAN MENTEL:

'Al kan ik met mijn verhaal maar één iemand extra helpen, dan is het al de moeite waard'

en verder

IN 'T KORT

4

Column, nieuwtjes, tips en boeken

SMART MET GELD

8

Slim leren omgaan met geld

GEMEENTE LITTENSERADIEL

18

Wethouder Reijndorp: 'Als iets beter kan, moet je daar ruimte voor geven'

ONBETAALBAAR

23

Tattoo King Corné van Houten:

'Zonder mijn vader kan ik niet'

WIJ DOEN MEE

24

'Djembeles geven wil ik altijd blijven doen'



10



6



DOWNLOAD
DE APP VAN
DOE MEE!
met vele digitale
extra's

colofon

Doe mee! is een tijdschrift van MEE. Doe mee! verschijnt drie keer per jaar onder inhoudelijke verantwoordelijkheid van MEE Nederland. MEE ondersteunt mensen met een beperking en hun netwerk op alle levensgebieden en in alle levensfasen. **MEE maakt meedoen mogelijk.**

REDACTIE Annelies de Jongh, Marieke Oelen, Annemiek van Munster

GASTREDACTIE Corné van Houten, Reinier van Houten, Tineke Koes

HOOFDREDACTEUR Fanny Leseman

REDACTIERAAD Marjolijne Lewis, Simone van Ruth en Auke Blom

REDACTIEADRES redactie@meenederland.nl

CONCEPT EN REALISATIE mooi mag., Pauline Mulder en Susanne Mullenders, www.mooi-mag.com

ART DIRECTION Tein Traniello, www.tein.nl

BEELDBEWERKING Willem Grafische Bewerkingen

DRUK Senefelder Misset Doetinchem

Wilt u een ingesproken versie van Doe mee! ontvangen, dan kunt u deze gratis bestellen bij Dedicon via klantenservice@dedicon.nl of 0486 486 486. Doe mee! verschijnt ook in digitale vorm, gratis te downloaden via de App Store of Google Play. Voor ondersteuning van MEE, bel **0900 999 88 88**: u wordt doorgeschakeld naar de vestiging van MEE bij u in de buurt. Of ga via www.mee.nl naar de website van uw regionale MEE-organisatie.

welkom

Lieve lezers... Helaas is dit de laatste Doe mee! die jullie ontvangen. Net als ik vinden jullie het waarschijnlijk erg jammer dat MEE stopt met het uitgeven van dit mooie blad. Ik neem jullie mee in dit allerlaatste nummer vol persoonlijke portretten en verhalen.

Verhalen waarvan ik hoop dat ze jullie zullen aanspreken, dat ze jullie inspireren en moed, kracht en positiviteit geven. Want dat was en is het doel van Doe mee!; mensen met een beperking stimuleren en motiveren mee te doen in de maatschappij, om zo hun participatie en integratie te vergroten.

Kijk nou naar 'ons Mies' op de voorpagina: daar word je toch blij van? Ik ben geraakt door het trieste en toch ook positieve verhaal van Corné van Houten, onze gastredacteur. Hoe hij het samen met zijn vader redt, vind ik bewonderenswaardig. Diep respect heb ik ook voor snowboardster Bibian Mentel, hoe zij steeds opnieuw de strijd aangaat en puur op wilskracht steeds weer wint, wow! Mooi vind ik hoe wethouder Reijndorp de cliëntondersteuning in haar

'Ik ben een sterker en rijkere mens geworden van Doe mee!'

gemeente Littenseradiel omschrijft met de term: 'Mien-skip'. Verder in deze laatste uitgave aandacht voor hoogopgeleiden met een beperking: hoe doen zij het op de arbeidsmarkt? En drie oud-gastredacteuren blikken samen terug op vijf jaar Doe mee! en vertellen hoe het nu met ze gaat. Als u het verhaal van Hille gaat lezen, moet ik u waarschuwen: zorg dat u een doos tissues bij de hand hebt, want dit houdt u niet droog. Norma, ontzettend bedankt dat je dit bijzondere verhaal met ons wil delen.

Ik hoop dat jullie de afgelopen jaren net zo genoten hebben van Doe mee! als ik. Ik ben er een sterker en rijkere mens van geworden. Ik heb bewondering voor iedereen die ooit een bijdrage heeft geleverd aan Doe mee! Dank jullie wel voor jullie openhartigheid en de lessen die jullie mij geleerd hebben. Pas goed op jezelf en elkaar!

FANNY LESEMAN
hoofdredacteur

fanny

fotografie SAKÉ ELZINGA

Bezuinigingen... Drie jaar geleden was dat voor mij een vaag begrip. Iets waar op het nieuws over werd gesproken, maar waar ik persoonlijk eigenlijk niets mee te maken had. Dat was voordat ik uit huis ging. Nu ik op mezelf woon, merk ik wel degelijk dat geldpotjes slinken. Zo krijgen de dames die in mijn flat de zorg leveren, het steeds drukker.

Hun taken zijn zo strak achter elkaar gepland dat er niets meer mis mag gaan of anders kan lopen. Dan ontspoorde de trein die zij uit alle macht op de rails proberen te houden.

Soms vind ik de huidige situatie in Neder-

Leef niet zuinig, maar voluit!

land zo sneu dat het bijna lachwekkend is. Zo zei iemand laatst tegen me dat ik met mijn kwaliteiten best bij een gewoon bedrijf kon werken. Ik zou gewoon niet goed genoeg zoeken... Mijn antwoord: 'Best. Als jij dat denkt, zoek dan maar naar een bedrijf die mijn lage werktempo accepteert. En dat ook een tillift en brancard heeft, zodat ik daar naar het toilet kan. En oh ja, ze moeten ook geen problemen hebben met hulphonden. Ik hoor het wel!' Dat was de laatste keer dat ik die persoon gesproken heb.

De afgelopen jaren heb ik geleerd om mijn eigen werk te creëren. Daar ben ik trots op! Ik ben gelukkig met wat ik doe en de columns die ik schrijf. Helaas zal dit mijn laatste column voor dit mooie blad zijn, want Doe mee! stopt. Zuinig leven is goed, maar slaan we nu niet door? Lieve lezers, ik buig voor jullie en zeg: leef niet zuinig, maar voluit. Lach, huil en strijd voor de dingen waarin je gelooft. Tot ziens.

ROBIN CORBEE (24)

IS SPASTISCH EN ZIT IN EEN ROLSTOEL. ONLANGS VERSCHEN HAAR TWEDE BOEK ZUSTERS VAN DE ZEE.



foto: MARCEL VAN DER VOET FOTOGRAFIE

Bekijk in de app de commercial voor deze concerten

Samen naar prikkelvrij concert

Een concert bezoeken: dat klinkt als een leuk avondje uit. Voor sommige mensen kan het helaas ook een nachtmerrie zijn. Dat heeft alles te maken met de vele prikkels en praktische obstakels die bij zo'n uitje komen kijken. Daar heeft Stichting Friends Meet (Disabled) Friends Music Events een oplossing voor bedacht. Deze stichting organiseert concerten in een prikkelvrije omgeving. Duo's die bestaan uit iemand met en iemand zonder beperking kunnen deze concerten bezoeken. Hierdoor bestaat het publiek uit allerlei soorten mensen die samen kunnen genieten. De stichting bevordert hiermee de integratie, creëert bewustwording en draagt bij aan het in stand houden van vriendschappen. fmdmusicalevents.nl

'Ik ben heel blij dat ik Marieke heb leren kennen'



Webdesigner Juraini Ferary (22) uit Delft heeft autisme en een licht verstandelijke beperking. Omdat hij zelf in een zorginstelling woont en contact wilde met bewoners uit andere instellingen, ontwierp hij de website www.vriendenvanjurainiwerksamen.webnode.nl. Zo leerde hij onder anderen zijn vriendin Marieke kennen, die ook in een zorginstelling woont.

juraini

in't kort

Gratis hulp voor iedereen

WEHELPEN.NL

Zou je best eens iets willen doen voor een ander, of kun je juist af en toe zelf wel een beetje steun gebruiken? Dan kun je gratis hulp zoeken óf aanbieden op www.wehelpen.nl. De site is ontstaan vanuit de persoonlijke ervaringen van drie mensen. Er wordt samengewerkt met onder andere zorgverzekeraars, maatschappelijke organisaties, ambassadeursleden, gemeenten én MEE Nederland en is actief in heel Nederland. **Wehelpen.nl** is voor mensen vanaf 16 jaar. Doe je mee?

Bekijk in de app de animatiefilm van WeHelpen

Samen het tij keren

ALLES IS GEZONDHEID...

Met elkaar werken aan een gezonder Nederland; dat is het doel van het Nationaal Programma Preventie 'Alles is gezondheid...'. Diverse organisaties werken hierin samen door allerlei acties te ondernemen. Er zijn twee directe aanleidingen voor het programma: het stijgende aantal chronisch zieken en de grote verschillen in gezondheid tussen verschillende groepen mensen. Het programma heeft zes speerpunten: roken, alcohol, overgewicht, depressie, lichamelijke inactiviteit en diabetes. www.allesisgezondheid.nl

Business Walk of Fame

DANKJEWEL!

IBM, gemeente Venlo, Webmastery en Cees van Weelden Fietsenmaker zijn de vier winnaars van de Business Walk of Fame 2015 van de Lucille Werner Foundation. De winnende bedrijven zijn inspirerende werkgevers die zich inzetten voor meer toegankelijkheid op de werkvloer voor werknemers met een handicap. Dit jaar werden maar liefst veertig werkgevers voorgedragen door tevreden werknemers met een handicap. Een vakjury koos de winnaars. www.lwfoundation.nl

johan

interviewde Europeanen met een beperking

Johan Peters was acht toen hij na een val een hersenbloeding opliep en een week bewusteloos was. Sindsdien kan hij zijn rechterhand niet meer bewegen en hij loopt moeilijk met zijn rechterbeen. Al jaren vecht hij voor zijn plek in de maatschappij. "Ik ben naar reguliere scholen gegaan en heb gestudeerd, maar toch kom ik als journalist moeilijk aan

werk. Ik woon nu ruim negen jaar in Antwerpen en merkte verschillen tussen leven met een beperking in België en Nederland. Dit bracht mij op het idee om mensen met een beperking in alle Europese lidstaten te interviewen over hun leven. Die verhalen heb ik gebundeld in een boek. Het eerste deel is verschenen en ik werk aan het tweede deel. In 2013 reisde ik langs twaalf lidstaten en werd overal geholpen. Ik ontmoette bijzondere mensen; zo sprak ik in Polen Anjeska die ernstig meervoudig gehandicapt is en tóch gestudeerd heeft. Haar moeder heeft zich ingezet om haar een zo normaal mogelijk leven te geven en dat is gelukt. Ik hoop met mijn verhalen mensen bewuster te maken van hoe het leven met een handicap is. Bovendien wil ik mensen laten zien dat wij ook gewoon mee willen en kunnen doen." www.mensenmeteenbeperkingaanhethoofd.be

Wie dit initiatief financieel wil steunen, kan een mail sturen naar info@mensenmeteenbeperkingaanhethoofd.be o.v.v. 'donatie Europese reis'.



FOTO- EN DAGBOEK

Een stukje liefde bestaat uit een serie foto's die laat zien wat een stukje liefde en genezende met mensen doet. Het boek gaat over een dame die in samenwerking met een bemiddelingsbureau liefde, genezende en seks aanbiedt aan mensen met een beperking, of dit nu een dwarslaesie of autisme is. Naast foto's bevat het boek haar dagboekfragmenten. De gelukkige en tevreden gezichten van de mensen die 'een stukje liefde' van haar hebben gekregen, spreken boekdelen.

EEN STUKJE LIEFDE

Sofie van de Calseijde en Tika Stardust, Uitgeverij Komma
ISBN: 9789491525438, € 24,95



BIJZONDER MENS

Dit verhaal begint op de dag dat Hille geboren wordt en het Syndroom van Down blijkt te hebben. Zijn moeder neemt zich voor hem hoe dan ook een zo normaal mogelijk leven te geven. Daarbij omringt ze hem met alle mogelijke liefde. Daardoor groeit Hille op tot een wijze man die helaas wegens lichamelijke problemen toch veel te jong overlijdt.

Lees op pagina 6 en 7 het interview met moeder Norma Sijthoff.

HILLE

Norma G. Sijthoff & Guido Bindels, Elikser B.V. Uitgeverij
ISBN13: 9789089545459, € 24,50

Doe mee! mag 10 exemplaren van Hille verloten. Winnen? Stuur een mail naar redactie@meenederland.nl



VOL PRIKKELS

Tot een paar jaar terug dacht men dat autisme iets was dat vooral bij mannen voorkomt. Niets blijkt minder waar. Er blijken evenveel vrouwen te zijn met autisme. Het valt alleen vaak minder op omdat ze het beter weten te verbergen. In dit boek komen dertien autistische vrouwen met gemiddelde tot bovengemiddelde intelligentie aan het woord over hoe zij proberen hun plaats te vinden in de maatschappij. Hoewel zij ogenschijnlijk 'normale' levens leiden, moeten zij hun uiterste best doen zich staande te houden in een wereld vol prikkels.

VROUWEN MET AUTISME

Bronja Prazdny, De Vrije Uitgevers
ISBN13: 9789491583605, € 19,90



Dag Hille!

Op 30 december 2012 overleed de 36-jarige Hille. Zijn lichaam was op, want Hille werd niet alleen geboren met het downsyndroom, maar ook met een zware hartafwijking. Hille vroeg zijn moeder, Norma Sijthoff, om zijn levensverhaal op te schrijven voor zijn levenscollega's, zoals hij andere mensen met een beperking noemde. Norma schreef het boek Hille én vertelt Doe mee! over haar bijzondere zoon.

Kort na de bevalling van Hille zei de dokter tegen me: 'Ik denk dat we een probleem hebben. Jouw Hille is een mongool.'

Wat maakt het uit, dacht ik... Ik heb wel voor hetere vuren gestaan. Ik wil blij zijn met mijn kind. En dat was ik! Want Hille heeft mij ontzettend veel gebracht. Dat mannetje was een en al puurheid. Met zijn humor ontwapende hij iedereen. Voor mij was vanaf die allereerste dag maar één ding belangrijk: we gaan samen een leuk leven leiden. Ik wilde dat hij elke avond blij zijn bedje in ging. Dat viel natuurlijk niet altijd mee, want Hille had ook een hartafwijking. Toen hij tien maanden oud was, moest hij een zware hartoperatie ondergaan. Toen hij daar in het ziekenhuis lag, aan tientallen slangetjes en de beademing, zei ik tegen hem: 'Als jij hier doorheen komt, dan sta ik voor altijd naast je. Deze wandeling gaan we samen doen. Ik

ben er voor je.' Op dat moment deed hij zijn ogen open en ademde hij zelf. Ik ben niet meer van zijn zijde geweken. Toen niet. Nooit niet."

"Ouders van kinderen met een beperking zijn soms beperkter dan hun kinderen. Ze durven hun kinderen geen ruimte te geven. Ik wilde van Hilles leven een succesformule maken. Dat vergde engelengeduld. Alles wat hij in zijn leven geleerd heeft, heb ik hem vierhonderd keer voorgedaan. Want als hij iets niet goed deed en ik corrigeerde hem niet, dan deed hij het de keer daarop weer fout. Zo liep hij op een dag bijvoorbeeld op handen en voeten met zijn hoofd naar beneden de trap af, omdat hij onze hond

"Ik heb zo veel bewondering voor de manier waarop hij geleidelijk afscheid van het leven nam"

dat ook zo zag doen. Toen heb ik hem steeds weer voorgedaan hoe hij minder gevaarlijk de trap af kon gaan tot hij het begreep en het lukte. Toch heb ik altijd geprobeerd Hille niet te beperken. Ik heb vooral altijd de nadruk gelegd op wat hij wél kon. En dat was veel

meer dan anderen dachten. Ook zijn broer Victor speelde daarbij een belangrijke rol. Hij werd twee jaar en veertien dagen na Hille geboren. Hille vond het té gek dat Vic erbij kwam. Hij was dol op hem. En andersom. Samen waren we echt de drie musketiers, zeker na mijn scheiding van hun vader. We deden met z'n drietjes zo veel mogelijk leuke dingen die goed voor ons allen waren."

"Ik ben er trots op dat Hille dingen heeft geleerd die de reguliere zorg niet voor mogelijk hield. Hij kon bijvoorbeeld al lopen toen hij tien maanden oud was, hij schaatste goed én hij is rond zijn dertigste volledig zelfstandig gaan wonen. Daarvoor woonde hij in een begeleid-wonen groep die ik zelf opgezet had. Ondanks dat Hille het daar heerlijk vond, kreeg hij in 2005 een burn-out. De reguliere artsen zeiden dat dat niet kon, bij een Downer. Maar het was zo. Hij was op. Hille was immers ook hartpatiënt en kwam niet meer aan zijn eigen rust toe. Toen heb ik hem een poos terug bij me in huis genomen. Ik zei: 'Nu mag je geen boem-boem-muziek meer luisteren en niet meer naar pauw-pauw-films kijken'.

"Er waren voor Hille geen drempels meer om dood te gaan"

Norma draagt een shawl die Hille voor haar breide: 'Als je die om hebt, mam, dan lijkt het alsof ik mijn arm om jouw schouders heb'

Stichting Reikende Hand

Norma is een eigen stichting gestart: Stichting Reikende Hand. De stichting steunt initiatieven voor en van mensen met een beperking. Een van de projecten is een muziekprogramma in samenwerking met Het Concertgebouw. Meer informatie: www.reikendehand.nl

Dat snapte hij. Met veel rust krabbelde hij weer op. Hij gaf aan dat hij zijn huisgenoten miste. Maar de slaande deuren en bepaalde regels die golden in het huis miste hij niet. Ik vond dat hij meer vrijheid aan kon en dat hij in staat was zelfstandig te gaan wonen. We vonden bij mij in het dorp een appartementje voor hem. Hille noemde het zijn 'parlement': 'Want nu moet ik mijn eigen beslissingen nemen, mam!'"

"Op een dag zei Hille: 'Als ik dood ben, moet je niet gaan miepen, hè mam?!' Zijn energie raakte op omdat zijn hart erg zwak was geworden. Hij voelde zelf dat de rek eruit was. Steeds vaker trok hij zich terug, ook als we samen waren. Dan was hij er wel, maar ook weer niet. 'Mammie,' zei hij eens tegen me, 'je weet toch dat ik af en toe eventjes weg ben? Op die momenten ben ik naar Jezus. Die heeft mij promotie gegeven. Ik moet straks in mijn nieuwe leven ouders leren hoe ze beter voor hun kinderen kunnen zorgen.' Hij zei ook vaak dat hij al 150 jaar was: een wijze man die klaar was in dit leven. Hij regelde zelf zijn uitwaai feestje – zo noemde hij zijn uitvaart. Er waren voor hem geen drempels meer om dood te gaan. Ik heb zo veel bewondering voor de manier waarop hij geleidelijk afscheid van het leven nam. Ik gun iedereen deze manier van doodgaan. Hij stierf op 30 december 2012. Kort nadat hij Sven Kramer zijn vijfde nationale allround-titel schaatsen had zien halen. Ik heb de uitvaartorganisatie gebeld en zei: 'U spreekt met de moeder van Hille. Mijn zoon is zojuist verhuisd naar een wolk.' Natuurlijk mis ik hem. Enorm. Ik voel me een soort weduwe van mijn zoon. Die onvoorwaardelijke knuffel die hij me altijd gaf... die krijg ik niet meer. Maar ik ga niet zitten miepen! En ik heb nog veel contact met hem. Hij is dan wel dood, maar hij is toch bij me. Elke dag."

Boek Hille winnen?

Hille vroeg zijn moeder een boek te schrijven met zijn levensverhaal. Dat deed ze. Doe mee! mag tien exemplaren weggeven. Lees meer over het boek op pagina 5. Daar zie je ook hoe je een exemplaar kunt winnen.



SMART MET GELD

nieuwe training voor jongeren

Een aantrekkelijke aanbieding voor een mobiel abonnement, dat ene paar mooie sneakers of een vriend die in financiële nood zit... Er zijn altijd wel aanleidingen om (te) veel geld uit te geven. Voor jongeren met een licht verstandelijke beperking is het vaak extra moeilijk om goed met geld om te gaan. De lessenserie 'Smart met Geld' helpt hen daarbij.



Aanbieding! Als dat in grote letters staat bij een belwinkel of een kledingzaak, is de verleiding voor veel mensen groot om een impulsieve aankoop te doen. Voor jongeren met een licht verstandelijke beperking is het vaak extra moeilijk die verleiding te weerstaan, zegt Jacqueline Zandt. Ze werkt op de Gooise Praktijkschool als schoolmaatschappelijk werker en ze is trainer van de MEE-training 'Smart met Geld'.

"Jongeren met een beperking lopen financieel meer risico dan anderen", zegt Zandt. "Ze begrijpen niet altijd goed hoe een aanbieding in elkaar zit, zijn vaker geneigd tot impulsieve aankopen, weten soms niet wat ze aan inkomsten hebben en wat ze uitgeven én lopen meer risico financieel misbruikt te worden door anderen. Daar komt nog eens bij dat sommige jongeren met een beperking van huis uit weinig aan financiële opvoeding hebben meegereggen. In de training vragen we bijvoorbeeld of jongeren structureel zakgeld krijgen. Dat blijkt in de meeste gevallen niet zo te zijn. Ze krijgen geld als ze erom vragen, als de ouders het op dat moment tenminste hebben. Velen zijn gewend dat er thuis niet zoveel geld is."

Een mooie tas

De training 'Smart met Geld', die door MEE-trainers en docenten in het praktijkonderwijs wordt gegeven op praktijkscholen, is bedoeld om jongeren met een beperking weerbaarder te maken. De training bestaat uit acht bijeenkomsten met een groep van tien tot vijftien leerlingen. Bewustwording is het belangrijkste doel van de training, vertelt Zandt. "Hoe voordelig is een aanbieding, wat is iets waard, wat komt er bij mij binnen en wat gaat eruit, wat moet ik doen om geld voor die mooie tas bij elkaar te sparen? Over dat soort vragen gaat het. Daarbij proberen we zo dicht mogelijk bij de praktijk te blijven. Als een jongere vertelt dat hij een baantje heeft, haak ik daar op in. Dan praten we bijvoorbeeld over het verschil tussen bruto en netto of over de vraag wat 'zwart' werken eigenlijk betekent. Ook begrippen als schuldhelpverlening komen aan de orde."

Slim shoppen

Tijdens de bijeenkomsten doen jongeren spelen met stickers waarbij ze geld kunnen uitgeven aan bijvoorbeeld een patatje, een T-shirt of sieraden. Aan het eind van de training gaan ze met een opdracht de stad in. Ze moeten dan voor 100 euro (fictief) spullen kopen voor een feestavondje: mooie kleding, een cadeau en wat beltegoed. Van deze 'slimme shopping route' worden filmbeelden gemaakt die tijdens de laatste bijeenkomst worden besproken. Jongeren die meedoen aan 'Smart met Geld' vinden dat doorgaans heel leuk en leerzaam, vertelt Zandt. "Ze vinden het interessant en belangrijk. En ze weten dat geld best belangrijk is in de maatschappij. Zeker als er thuis niet heel veel is, zijn ze daarvan doordrongen. Na de training weten ze vaak beter hoe het werkt met inkomsten en uitgaven en dat het slim is om dat bij te houden."

Er wordt nog gezocht naar een mogelijkheid om ook de ouders te betrekken bij de training, zodat zij zien en meemaken wat de jongeren doen en hen meer kunnen stimuleren om verantwoord met geld om te gaan.

Nieuwe trainers

De training wordt gefinancierd door het Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid en de Rabobank Foundation. Met dit geld kan Zandt op de Praktijkschool in Hilversum onder meer vier docenten opleiden volgens het 'train de trainer'-principe. Deze docenten denken en draaien mee in de training en kunnen die over twee jaar zelf geven. Ook op de andere scholen waar de training wordt gegeven, worden op die manier nieuwe trainers opgeleid. Zandt: "Het is heel goed als vaste docenten de training kunnen geven, want zij kunnen er dan ook in volgende jaren op terugkomen. En dan kan de training ook nog steeds worden gegeven als de financiering eind 2018 ophoudt. Jongeren leren in de eerste training wel veel, maar het werkt pas echt goed als het regelmatig opnieuw ter sprake komt. Juist van de herhaling leren deze jongeren, en doordat docenten steeds weer concreet ingaan op wat zij meemaken." ○

'Zo leer je het in het echt'

Cindy, Anne en Kim volgden de training 'Smart met Geld'. Zij zijn erg tevreden over wat ze geleerd hebben.

CINDY: "Ik vind het wel een goede training. Ik heb me ervoor aangemeld omdat ik niet altijd goed met geld kan omgaan. Als ik boodschappen moet doen voor mijn ouders, koop ik er allemaal onnodige dingen bij. Dan kom ik met twee tassen thuis als ik alleen brood en koffie moest halen. Daar let ik nu wel meer op. Ik spaar trouwens wel. De helft van mijn zakgeld gaat op een spaarrekening waar ik niet bij kan."

ANNE: "Ik spaar nu niet, maar ga dat later wel doen. Op de training heb ik wel geleerd dat dat echt belangrijk is. Ik denk dat ik ga sparen als ik een jaar of zeventien ben. Ik wil nu ook nog leuke dingen kunnen kopen. Sinds ik de training heb gevolgd let ik wel iets meer op wat ik koop, dat het geen onzin-dingen zijn."

KIM: "Ik vond de shoppingroute leuk. Ik zou nog wel vaker samen met mijn vrienden en klasgenoten op die manier willen oefenen met dingen voor een feestje uitzoeken op een handige manier. Dan leer je het in het echt."

Meer informatie:
www.smartmetgeld.nl

WIJ DEDEDEN MEE

...en blijven meedoen!

Achttien edities van Doe mee!. Achttien gastredacteuren. In de laatste editie van Doe mee! kijken we samen met drie van hen terug én vooruit. 'Wij blijven meedoen!'

DOE MEE! STOPT, MEE NIET

Directeur Jan de Vries van MEE Nederland legt uit waarom dit de laatste Doe mee! is die bij u in de brievenbus valt:

"Sinds 1 januari 2015 hebben gemeenten de verantwoordelijkheid om onafhankelijke cliëntondersteuning te organiseren en te financieren. Dat is niet meer centraal geregeld. Bijna elke gemeente doet dat nu in goede samenwerking met de MEE-organisatie in hun regio, elke gemeente op haar eigen wijze. Dat geldt ook voor de manier waarop zij hierover met u communiceren. Daarnaast zijn nieuwe vormen van communicatie aantrekkelijk

om in te zetten. Denk aan een website, digitale nieuwsbrieven, Facebook en andere mogelijkheden. Daarom is dit de laatste uitgave van Doe mee!. Als MEE blijven we ons natuurlijk inzetten voor mensen met een beperking. 'Meedoen mogelijk maken' is en blijft onze drijfveer. In de gemeente, in de regio en in heel Nederland. Zo kunt u met een indicatie voor de Wet langdurige zorg bij ons terecht voor cliëntondersteuning en komt u

ons nog steeds tegen in uw regio, in het wijkteam, het gemeenteloket of op onze MEE-vestiging. En dankzij ons landelijk dekkend netwerk van MEE-organisaties helpen wij overheden, bedrijven en andere organisaties bij participatie van mensen met een beperking op alle levensgebieden." **Wilt u meer weten over cliëntondersteuning? Kijk dan op www.mee.nl.**



foto DIRK HOL



'Samen met andere ouders kom ik tot oplossingen voor Aaltje'

juliette

Bekijk in de app een filmpje over de inclusieve samenleving



2012

Juliette Burgmans en dochter Aaltje (13) uit Delft. Aaltje heeft het syndroom van Down. Juliette en Aaltje vormden samen de gastredactie in de winteruitgave van 2012. "Aaltje heeft het eigenlijk altijd naar haar zin. Ook nu ze speciaal onderwijs volgt. Zelf heb ik meer moeite gehad met haar overstap van regulier naar speciaal onderwijs. Toen ik gastredacteur van Doe mee! was in 2012, ging ze nog naar een reguliere basisschool bij ons in de buurt. Daar heb ik me altijd sterk voor gemaakt en ben dankbaar dat de school Aaltje de extra ondersteuning heeft gegeven die ze nodig had. Op deze manier kon ze gewoon meedoen met de rest in haar eigen vertrouwde buurtje. Helaas bleef ze in groep 6 zo achter qua leerstof, dat de aansluiting wegviel. De overstap naar het speciaal onderwijs vond ik vooral

pijnlijk omdat het sociaal juist heel goed ging. Nu Aaltje andere lestijden heeft, merk je dat het moeilijker is om afspraken te maken met haar vriendjes en vriendinnetjes in de buurt. Of anders gezegd: het is extra hard werken om inclusie - gelijke rechten en gelijke kansen voor kinderen met een beperking - voor elkaar te krijgen, iets waarvoor ik me hard maak binnen het oudernetwerk Samenwijs. Dat die inclusie niet meer vanzelf gaat, is denk ik ook de reden dat ik de overstap lastiger vond dan Aaltje zelf. Zij overziet die consequenties minder. Toch zie ik het als een grote meerwaarde dat ze lange tijd naar dezelfde school is gegaan als haar zus Ida. Iedereen kent Aaltje, ze hebben een band opgebouwd, ze hoort erbij. Ook krijg ik nog regelmatig terug dat Aaltje de juffen en meesters op haar oude school heeft geïnspireerd. Ook door het artikel dat in Doe mee! stond. Dat

is mooi. Volgend jaar gaat Aaltje naar het VSO (Voortgezet Speciaal Onderwijs, red.). We zijn al gaan kijken op een school. De praktijkruimte met grote keukens die ze daar hadden, vond ze helemaal geweldig. Praktisch bezig zijn past bij haar. En ze is zorgzaam. Als we bij de moeder van mijn vriend in het verpleeghuis zijn, is ze ook zó lief met oudere mensen. Ik zie haar daar wel meer mee doen in de toekomst. Verder kijken we met Samenwijs vooruit naar passende woonvormen voor onze kinderen. Dat ze straks niet alleen zitten te verpieteren in een instelling, maar in een wijk komen te wonen met de ondersteuning die ze nodig hebben. Je kunt niet leunen op wat er georganiseerd wordt. Samen komen we tot oplossingen. Soms is het even knokken, maar het helpt enorm dat we onze ervaringen kunnen delen." **www.samenwijs.net**

2013

Mirjam de Jonge (44) uit Geldrop heeft cerebrale parese (cp). Dit kenmerkt zich vooral door spasmen in haar benen en rechterarm.

Mirjam was gastredacteur in de winteruitgave van 2013. "Ik hoop dat hij door de keuring komt", vertelde ik over mijn 18-jarige auto toen ik in 2013 gastredacteur was. Inmiddels is mijn oude 'frikandel' twintig jaar en rijdt hij nog steeds. Met mijn gezondheid gaat het helaas wat minder. Ik heb vaker pijn aan mijn benen, gewrichtsklachten, spasmen tijdens de nacht en botslijtage. Door mijn cp heb ik klachten die andere mensen pas na hun zestigste krijgen. Mijn auto voldoet hierdoor niet meer voor mij, omdat het tillen van mijn rolstoel steeds moeilijker wordt. Bovendien is mijn frikandel nu zo oud dat het elke ochtend weer een verrassing is of hij start. Omdat mijn auto mijn alles is - ik ben behoorlijk avontuurlijk en wil graag zelf bepalen waar ik

heen ga en hoe laat - probeer ik nu samen met mijn MEE-consulente geld bij elkaar te krijgen voor een rolstoelbus. Zij schrijft bedrijven en stichtingen aan en ikzelf doe allerlei ludieke acties. Zo maak ik samen met een vriendin de wc's schoon tijdens onze wijkfeesten en help ik mee met brocantefairs waar dan weer de collectebus rondgaat. Die wederkerigheid vind ik belangrijk. Ik ben niet zielig. Een mooi voorbeeld van wederkerigheid: mijn kapster Francis helpt mij met mijn spastische arm leuke dingen te doen met mijn haar in ruil voor grafische diensten. Ik ben creatief dtp'er. Francis kijkt door mij nu ook 'anders' naar het kappersvak, meer in oplossingen. Wel moet ik zeggen dat het regelen van mijn zorg mij véél meer energie kost sinds de wetgeving is veranderd. Ik snap dat niet alles meer kan, maar als ik van de gemeente mijn rolstoel moet inruilen voor een die 5,5 kilo zwaarder is, dan begrijp ik dat niet. Natuurlijk heb ik voor mijn nieuwe auto ook bij de gemeente aangeklopt. Maar zij

verwezen me door naar het UWV, die op hun beurt weer aangaven dat ik geen recht heb op een auto omdat ik wordt gedetacheerd via een sociale werkplaats. Als ik direct via het UWV had gewerkt, had ik die auto gewoon gekregen...

Ik hoop dat ik het bedrag voor de rolstoelbus nog dit jaar bij elkaar krijg. Want dat geeft mij ook de mogelijkheid om meer bekendheid te geven aan cp. Dit doe ik onder meer via MEE en BOSK (Bond Ouders Spastische Kinderen, red.). Ook wil ik eraan bijdragen dat lotgenoten actief blijven en niet vereenzamen. Zelf doe ik dat door continu uitdagingen te blijven zoeken. Zo reis ik binnenkort weer alleen met het vliegtuig naar een vriendin in Tenerife. Ik wil ook nog zo veel. 'Zonder dromen is zonder toekomst', zeg ik altijd!"

Mirjam is hard aan het sparen voor een aangepaste rolstoelbus. Wil je Mirjam daarbij helpen? Kijk op haar blog hoe dat kan.
www.mirmade71.blogspot.nl

'Om een rolstoelbus te kunnen aanschaffen verzin ik ludieke acties. Ik vind wederkerigheid belangrijk!'

mirjam



'Ik geef nu zowel gastlessen over seksuele diversiteit als over autisme. Dat geeft me voldoening. Al help ik er maar eentje'

rick

Rick Ursem (39) uit Roermond heeft het syndroom van Asperger, een vorm van autisme. Rick was gastredacteur in de lenteuitgave van 2012. "Sinds mijn gastredacteurschap is er veel gebeurd in mijn leven. Ik worstelde toen met mijn geaardheid. Inmiddels ben ik uit de kast gekomen. Maar dan ben je er nog niet als single. Want ik wil ook graag de romantiek meemaken die je in films ziet: een arm om me heen, iemand die me begrijpt. Maar het is best lastig om zo iemand te vinden. Mensen kunnen behoorlijk onduidelijk zijn. Ook autisten onderling. Zo had ik een keer een leuke jongen leren kennen. We spraken uit dat we elkaar meer dan leuk vonden en we zouden nog eens afspreken. Maar ik heb nooit meer iets van hem gehoord. Dat begrijp ik dan niet: je weet dat je met autisme behoefte hebt aan duidelijkheid. Hier in het zui-

den probeer ik nu samen met het COC een eigen auticlub voor LHBT'ers (lesbisch, homoseksueel, biseksueel en transgender, red.) op te zetten. In Utrecht heb je er al één, AutiRoze, maar dat is te ver weg als je na een ontmoetingsavond ook nog gezellig uit wilt gaan. Momenteel geef ik zowel gastlessen over seksuele diversiteit als over autisme. Dat geeft me voldoening: al help er ik er maar één! Verder doe ik vrijwilligerswerk voor buurtcentra bij OZO en ben ik lid van de cliëntenraad van MET ggz. Zo is mijn week goed gevuld. Ik voel dat ik de wind weer een beetje mee krijg. Dit was heel anders kort na het uitkomen van Doe mee!. Ik werkte bij een wsw-bedrijf, maar dat heeft me niet veel goeds gebracht. Ik kwam in een burn-out-achtige toestand doordat ik in een drukke fabriek werkte. Bovendien lag het werk ver beneden mijn ni-

veau en had ik geen klik met mijn leidinggevenden. Ik heb geluk gehad dat ik een aantal meedenkende mensen trof, waardoor ik nu een WIA/Wajong-uitkering heb. De druk is eraf. Hoe het wel zou moeten? Gewoon menselijk werk natuurlijk! En out of the box naar capaciteiten kijken. Mijn werk voor OZO buurthuizen bevalt me nu heel goed. Er heerst een prettige, gelijkwaardige sfeer en ik kan er mijn hersens gebruiken. Wat ik nog wel wil benadrukken, is dat het zeer belangrijk is dat je hulp kunt krijgen van een onafhankelijk persoon als je in een kwetsbare positie verkeert." ○



2012

Vader Reinier over MEE:

‘Deze hulp is goud waard’

Gastredacteur Corné van Houten kreeg het twee jaar geleden uit het niets extreem benauwd. Hij raakte zijn bewustzijn kwijt en kwam ernstig beperkt uit een maandenlange diepe slaap op de intensive care. Sinds een jaar woont hij weer thuis bij zijn vader Reinier die hem intensief en liefdevol verzorgt. Met behulp van MEE zijn een hoop praktische zaken geregeld die dat mogelijk maken.

W

e zijn in Groningen in het rolstoelvriendelijke appartementencomplex dat Corné en zijn vader Reinier onlangs betrokken. Met grote regelmaat verschijnt er een grote glimlach op het gezicht van de 18-jarige liefhebber van rapmuziek en tatoeages.

Zijn beginnende baard en de vlinderdas om zijn rood geruite overhemd zijn belangrijke kenmerken van zijn nieuwe ‘looks’. Daar is hij veel mee bezig. Een goed teken, want dat betekent dat Corné het alledaagse leven inmiddels weer omarmt en er naar omstandigheden het beste van maakt.

“Gefrustreerd ben ik niet”, zegt hij via zijn spraakcomputer die hij via irisherkenning met zijn ogen bedient. “Natuurlijk had ik me het leven heel anders voorgesteld, maar negatieve gedachten helpen me niet verder. Ik ben juist heel nuchter. Een oorzaak voor wat ik heb is niet gevonden, dus ik kan ook op niets of niemand boos worden. In kleine stappen ga ik vooruit, maar of ik ooit weer kan lopen of praten is niet te zeggen.”

NACHTMERRIE

Het waren de ernstige complicaties en de bijna permanente hoge koorts die Corné troffen tijdens zijn comateuze toestand in het UMC Groningen. “Een regelrechte nachtmerrie”, vertelt Reinier. “De art-

sen testten hem op allerlei enge ziektes en elke keer weer was ik opgelucht als er iets werd uitgesloten. Ondertussen had ik niet door dat zijn toestand steeds slechter werd. Motorisch is hij nu ernstig gehandicapt door beschadiging van zijn hersenen en zenuwstelsel. Zelfstandig eten of naar het toilet kan hij niet. Aanvankelijk zag Corné ook bijna niets meer. Maar verstandelijk is er gelukkig niets mis met hem. Zijn oorspronkelijke karakter komt steeds meer terug en ook de humor die hij voorheen had.”

GOUD WAARD

Na het ontslag uit het ziekenhuis werd Corné een jaar opgenomen bij Revalidatie Friesland in Beetsterzwaag om conditioneel aan te sterken. Reinier keek in die tijd intensief mee en leerde zijn zoon te verzorgen. “We hadden de keuze om Corné naar een woonvorm te verhuizen of om hem weer thuis te laten komen waar ik 24 uur per dag de zorg op me zou nemen. Het stond voor ons allebei buiten kijf dat we dat wilden”, vertelt Reinier. “Ik heb toen contact gezocht met MEE om te kijken wat we nog meer zouden moeten regelen. Er komt zoveel op je af ineens, je wordt letterlijk heen en weer geslingerd tussen allerlei instanties. Die hulp is dan echt goud waard.”

WLZ-INDICATIE

Tineke Koes van MEE Groningen bood Corné en Reinier de afgelopen maanden onafhankelijke cliëntondersteuning, wat mogelijk

is doordat Corné een indicatie kreeg voor de Wet langdurige zorg (Wlz) van het CIZ (Centrum indicatiestelling zorg, red.). Tineke: “Reinier had samen met de revalidatiekliniek al veel geregeld. Niet alleen de Wlz-indicatie, maar bijvoorbeeld ook een rolstoel, een tillift en een aangepast bed voor Corné. Ik heb daarom eerst de stand van zaken opgemaakt. Als cliëntondersteuner loop je een eindje mee op en ondersteun je een cliënt in het regelen van zaken die nodig zijn.”

VERVLOEKEN

Tineke en een collega met een juridische achtergrond waren ook een belangrijke schakel in de toekenning van een Wajong-uitkering aan Corné. Het UWV keurde zijn aanvraag af, omdat Corné nog herstellende is. Bezwaar maken was kansloos gaven ze aan. Tineke: “Ik vond dat onterecht. Je kunt geen wetten veranderen, maar soms zegt je kennis en ervaring dat een cliënt in zijn recht staat. We hebben alles uitgezocht en er is door Reinier en Corné toch bezwaar aangetekend. Met succes.” Reinier: “Soms vervloek ik de hele situatie, omdat het zo lang duurt om iets geregeld te krijgen. Veel mensen hebben dan de neiging om te denken: ‘laat maar zitten’. Maar dat heb ik nog nooit gedaan. Ik was verbolgen toen ze aangaven dat Corné nog herstellende is. Natuurlijk, hij gaat vooruit, maar het is echt millimeterwerk. Niemand kan daar een tijdspad aan koppelen. Morgen kan het herstel voorgoed stil komen te staan.”

WIE DENK JIJ WEL DAT JE BENT

Al eerder, toen hij nog niet in contact was met MEE, had Reinier zo’n wrange situatie meegemaakt toen hij bij het zorgkantoor aanklopte om erkenning te krijgen als zorgverlener. Dat ging niet vanzelf, maar was wel noodzakelijk om er 24 uur per dag voor zijn zoon te kunnen zijn en daarvoor betaald te krijgen. “Ik werd echt onder vuur genomen. Ze zeiden letterlijk tegen mij: ‘Wie denk jij wel dat je bent om dit werk te kunnen doen?’ Ik kon dat slecht verkroppen. Maandenlang ben ik dagelijks naar Beetsterzwaag gereden om Corné te leren verzorgen, ik zegde mijn baan ervoor op en had ondertussen alle voorzieningen in huis getroffen.” Tineke vervolgt: “Ik had daar als cliëntondersteuner graag een rol in willen spelen. Door misbruik in het verleden is het goed dat het zorgkantoor streng is in de toekenning van pgb’s, maar mijn ervaring is dat ouders heel veel aankunnen als het om de verzorging van hun kinderen gaat.” Corné maakt een handgebaar om aan te geven dat hij ook wat wil zeggen. Het duurt even voor hij een kort zinnetje heeft ingetikt op zijn computer: “Ik ben heel erg blij dat mijn vader me verzorgt. Ik wilde absoluut niet naar een woonvorm. De prikkels die ik thuis krijg bevorderen mijn herstel.”

PERSOONLIJK CONTACT

Reinier en Corné deden de afgelopen maanden nog wel vaker een beroep op Tineke om helderheid te krijgen in de wirwar van proce-

“De prikkels die ik thuis krijg, bevorderen mijn herstel”



Clïëntondersteuning en Wlz

Heeft u een indicatie voor de Wet langdurige zorg (Wlz) van het CIZ en heeft u behoefte aan informatie, advies of ondersteuning? Dan kunt u terecht bij de MEE-organisatie bij u in de buurt voor gratis onafhankelijke cliëntondersteuning. Kijk voor meer informatie op www.mee.nl.

dures en regeltjes. Zo kregen ze onder meer advies over de financiële bewindvoering van Corné toen hij 18 jaar werd. “Het is soms alleen al fijn om even telefonisch te sparren over zaken waar MEE veel meer kennis van heeft dan ik”, zegt Reinier. “Die deskundigheid en het persoonlijke contact heb ik erg gewaardeerd.” Tineke geniet er op haar beurt van hoe Reinier en Corné zich samen inmiddels goed redden. “Ik ben slechts een tijdelijke spin in het web om samen de schouders onder ingewikkelde zaken te zetten. Dat is de meerwaarde van onafhankelijke cliëntondersteuning. Het is mijn taak als cliëntondersteuner ervoor te zorgen dat cliënten zelfstandig verder kunnen met behulp van hun netwerk. In het geval van Corné en Reinier is die missie helemaal geslaagd.”

HOOGOPGELEID EN BEPERKT

Hij studeert filosofie, zij heeft de ModeAcademie afgerond. Hij zit in een rolstoel vanwege een spierziekte, zij is slechtziend als gevolg van een hersentumor. Als hoogopgeleiden met een fysieke beperking lijken ze tussen wal en schip te vallen, want de Participatiewet is er vooral op gericht laagopgeleiden aan werk te helpen. Zo gaat er mogelijk een hoop talent verloren. Hoe schatten Donovan en Annemarie hun kansen in op de inclusieve arbeidsmarkt?

'Ik ben nou eenmaal duurder dan iemand met een gezond lijf'

Donovan Claessen 27 jaar, studeert filosofie aan de Universiteit Leiden, lijdt aan de spierziekte Spinale Musculaire Atrofie.

"Ik kan mijn rolstoel en computer bedienen maar verder kan ik door mijn spierziekte niet veel zelf. Vier à vijf dagen per week ga ik naar de universiteit. Daar moet ik medestudenten vragen of ze m'n computer willen pakken of de deur voor me willen openhouden. Dat doen ze wel hoor, dat is geen probleem. Ik heb net mijn eerste jaar filosofie afgerond. Daar heb ik twee jaar over gedaan, omdat ik maar voor de helft belastbaar ben.

Het liefst wil ik na mijn studie in een ethische commissie belanden, van een ziekenhuis of zorginstelling bijvoorbeeld. Daar kom je niet zomaar; er worden hoge eisen gesteld. En vanwege mijn beperking kan ik geen

extra cursussen of activiteiten ondernemen buiten mijn studie om. Een realistischer optie voor de toekomst is het onderwijs. Ik overweeg een educatieve minor te volgen zodat ik docent kan worden. Dat lijkt me ook heel leuk. Ik maak me niet druk over mijn toekomst; ik zie wel wat er op mijn pad komt. Ik ben in elk geval niet bang dat ik nergens terecht kom. Ik zou prima kunnen werken. Vanwege mijn beperking kan ik veel dingen niet, maar de dingen die ik wel kan, wil ik extra goed onder de knie krijgen. Ik ben bereid veel energie te geven om ergens heel goed in te worden. En ik heb een open blik: ik oordeel niet snel. Zelf vind ik het niet fijn om in een hokje geplaatst te worden, dus dat wil ik ook niet bij anderen doen. Het idee van een inclusieve samenleving spreekt me aan: iedereen moet mee kunnen doen. Maar ik vind het niet goed dat ook kleinere bedrijven straks misschien verplicht worden om arbeidsgehandicapten aan te nemen. Ik ben nou eenmaal duurder dan iemand met een gezond lijf, dus als ik ondernemer zou zijn, zou ik waarschijnlijk ook voor een gezond iemand kiezen. Hier is een rol weggelegd voor de publieke sector: practice what you preach. Laat zien hoe het moet en neem mensen met een arbeidshandicap aan. Dat gebeurt wel hoor, ik zie het steeds vaker, maar hier is nog een hoop winst te halen."

'Als je mij ziet, denk je misschien dat ik alles kan'

Annemarie Nodelijk 32 jaar, studeerde af aan de ModeAcademie in Rotterdam, is slechtziend als gevolg van een hersentumor.

"Ik wilde mijn hele leven al modeontwerpster worden. Na de middelbare school ging ik dus naar de ModeAcademie en daar had ik de tijd van mijn leven. Maar in het laatste jaar werd er een hersentumor ontdekt. Na de operatie werd het langzaam steeds donkerder om me heen en uiteindelijk werd ik zo goed als blind. Dat was zwaar, ik was intens verdrietig. Mijn vrienden hebben me erdoorheen gesleept. Een vriendin zei: 'An, je moet het zelf doen, maar je hoeft het niet alleen te doen. Vergeet dat niet!' Daar had ik zoveel aan! Dat soort uitspraken schreef ik op in een boekje, het werden mijn mantra's. Ik zag mijn droom in duigen vallen: modeontwerpster worden – dat kon ik wel op mijn buik schrijven. De oogarts in het ziekenhuis bevestigde dat. Alles stortte in. Maar in het revalidatiecentrum vroegen ze naar mijn passie... tja, mode dus. We gingen aan de slag, ik probeerde dingen uit. In het begin viel het onwijs tegen, ik voelde duidelijk het verschil met voorheen. Maar ze reikten me handige oplossingen aan en het naaien ging steeds beter. Ik besloot mijn eindcollectie af te maken en dat is gelukt. Al mijn stukken op de catwalk, dat was zo cool! Inmiddels heb ik mijn eigen tassenlijn: Anniestijl. In mijn eigen atelier ontwerp en naai ik mijn tassen. Ze zijn te koop in mijn webwinkel anniestijl.nl en in Lost en found, een pop-upstore op de Coolingsingel van een groep Rotterdamse ontwerpers. Regulier werk is voor mij niet te doen. Ik werk een aantal uur per dag, afhankelijk van hoe ik me voel. Ik heb ook epilepsie, waardoor het extra belangrijk is dat ik mezelf niet overbelast. Ik vind het een mooie gedachte dat iedereen moet meedoen, maar ik vraag me af of het haalbaar is. Als je mij ziet, denk je mis-

schien dat ik alles kan. Maar alles waarbij ik mijn ogen moet gebruiken, is vermoeiend. En in onbekende omgevingen raak ik gedesoriënteerd. Dan krijg ik stress, en dat is weer een trigger voor mijn epilepsie. Ik red me op mijn manier, met mijn eigen atelier. Ik heb een WIA- en een Wajonguitkering. Die combinatie is zeldzaam. Zelfs bij het UWV weet niemand welke regels op mij van toepassing zijn. Dat maakt het ondernemerschap er niet makkelijker op. Maar ik probeer het naast me neer te leggen. Gelukkig is mijn werk mijn passie. Als ik een ontwerp in m'n hoofd heb, wil ik knallen. Ik ben blij dat ik met mijn tassen toch mee kan doen en een stukje van mijn eigen inkomen genereer." ○



De voordelen van het platteland

'Omzien naar elkaar is hier heel gewoon'

Gemeenten hebben sinds 1 januari de verantwoordelijkheid om onafhankelijke cliëntondersteuning te organiseren en te financieren. Iedere gemeente doet dat op eigen wijze. Marja Reijndorp, wethouder van de Friese plattelandsgemeente Littenseradiel, licht toe hoe het in haar gemeente is geregeld.

Twee paar oren horen meer dan één. Dat uitgangspunt – Marja Reijndorp herhaalt het een paar keer – is de kern van het beleid voor cliëntondersteuning in de gemeente Littenseradiel, waar Reijndorp wethouder is. In het Friese Littenseradiel is het net als in alle andere Nederlandse gemeenten wennen dat de gemeente nieuwe taken heeft gekregen op het gebied van zorg en ondersteuning. Maar Littenseradiel heeft daarbij één groot voordeel, zegt Reijndorp: "Omzien naar elkaar is hier heel gewoon."

Hoe is de cliëntondersteuning in uw gemeente geregeld? "Wij hebben ervoor gekozen om met een gebiedsteam te werken.

Littenseradiel heeft één gebiedsteam, dat nauw samenwerkt met de vijf gebiedsteams van de buurgemeente Súdwest-Fryslân. Onze gemeente is met 11.000 inwoners niet heel groot in aantal, maar wel in oppervlakte, met 29 dorpen en 26 buurtschappen. In een gezamenlijke notitie met Súdwest-Fryslân hebben we vastgelegd hoe we de taken in het sociale domein, van Wmo-zorg tot passend onderwijs, willen vormgeven.

De cliëntondersteuning vindt vanuit ons gebiedsteam plaats. De tien leden van dat team

zijn vooralsnog vanuit hun eigen organisatie gedetacheerd – bijvoorbeeld vanuit Algemeen Maatschappelijk Werk of MEE Fryslân. Ze werken allemaal als generalisten die onderling van elkaars deskundigheid gebruik maken. Mensen met een hulp- of ondersteuningsvraag kunnen bij het gebiedsteam terecht. Als er een 'keukentafelgesprek' wordt gepland, vragen we altijd of er iemand uit de eigen omgeving ter ondersteuning

bij kan zijn. Dat kan een familielid zijn, maar ook een van de burens of iemand uit de kerk.

„ Meestal hebben mensen wel iemand uit hun netwerk die bij het keukentafelgesprek aanwezig is „

Als er geen eigen netwerk is, bieden wij aan iemand mee te laten komen. We dringen erop aan dat mensen zich laten ondersteunen, maar het gebeurt soms dat iemand dat per se niet wil.

In verreweg de meeste gevallen hebben mensen wel iemand uit hun eigen netwerk die bij het gesprek aanwezig kan zijn. Als dat niet lukt, komt er een tweede lid van het gebiedsteam mee, die dan de rol van cliëntondersteuner op zich neemt. Mensen kunnen op eigen verzoek overigens ook steun krijgen van bijvoorbeeld een lid van de Wmo-adviesraad van onze gemeente."

„ We handelen geen enkele aanvraag telefonisch af. De cliënt moet tijd krijgen om zijn verhaal te doen „

door een dorpsgenote die zo'n keukentafelgesprek had gehad. Haar dochters waren daarbij aanwezig. Ze vertelde heel trots dat de uitkomst van het gesprek was dat ze heel

veel dingen nog zelf kan doen en dat een van haar dochters haar een ingewikkelde klus uit handen neemt: de administratie. Daaruit blijkt ook meteen het voordeel van het eigen netwerk als cliëntondersteuning bij zo'n gesprek: dat netwerk kan soms meteen worden ingezet om de eigen regie of zelfstandigheid te behouden.

Maar goed, zo'n netwerk is er niet altijd en dan is het belangrijk dat mensen op een andere manier ondersteuning kunnen krijgen."

De Wmo 2015 schrijft voor dat cliëntondersteuning 'onafhankelijk, kosteloos en laagdrempelig' moet zijn. Is zo'n tweede lid van het gebiedsteam wel onafhankelijk? "Ik heb vertrouwen in de professionaliteit van deze mensen. Zij kunnen die andere rol prima op zich nemen. Dat neemt niet weg dat je over de betekenis van 'onafhankelijk' kunt twisten. De Wmo-adviesraad in onze gemeente heeft een voorstel gedaan waarbij leden van die raad kunnen worden ingezet om de cliëntondersteuning nog meer onafhankelijk te maken. Aan het eind van dit jaar evalueren we de huidige werkwijze en komt ook dat voorstel ter sprake.

De huidige werkwijze is met alle goede bedoelingen op papier gezet, maar in de praktijk ontwikkelen dingen zich en is er altijd sprake van voortschrijdend inzicht. Daarom sta ik ervoor open om te spreken over een nog meer onafhankelijke cliëntondersteuning. De kwaliteit van de zorg en ondersteuning staat voorop. Als iets beter kan, moet je daar altijd ruimte voor geven."

Heeft u voorbeelden waaruit het belang van die ondersteuning blijkt? "Het voordeel van een kleine gemeente is dat de lijnen kort zijn. Als iets niet goed gaat, hoor ik het snel, maar als iets wel goed gaat, gelukkig ook vaak. Zo werd ik laatst aangesproken

is goed als een hulpverlener ook de situatie kan zien.

In de dorpen in onze gemeente bestaan sterke netwerken, al jarenlang. Die mienskip – gemeenschap – zal zeker niet minder worden in de toekomst, verwacht ik. Wij hebben bijvoorbeeld contactpersonen die fungeren als schakel tussen de dorpen en het gebiedsteam. Zo'n contactpersoon wijst het team soms op een situatie waar hulp nodig is. Daarnaast heb ik drie keer per jaar overleg met een brede groep betrokkenen, onder meer organisaties voor dorpsbelang, huisartsen, wijkverpleegkundigen, het woonzorgcentrum, de kerken en het gebiedsteam. Samen bespreken we dan hoe de zorg verloopt en wat er beter kan. In sommige dorpen zijn er steunpunten waar mensen hulp kunnen krijgen bij het invullen van formulieren, of voor begeleiding bij artsbezoek. De grote luxe van ons als plattelandsgemeenschap is: het netwerk dat nodig is om de nieuwe zorgtaken goed te kunnen uitvoeren is er al. Dat blijft zo, dat staat voor mij buiten kijf. Het omzien naar elkaar was er, is er en blijft er. Dat zit in de genen van ons dorp." ○

Bekijk in de app een filmpje over cliëntondersteuning





Bekijk in
de app
hoe Bibian
goud won in
Sotsji



Bibian Mentel:

'CARPE DIEM'

Toen ze 27 was en aan de vooravond stond om zich te kwalificeren voor de Olympische Spelen, werd er bij snowboardster en levensgenieter Bibian Mentel een tumor ontdekt in haar enkel. Het bleek botkanker en haar onderbeen moest worden geamputeerd. In de jaren erna kreeg ze uitzaaiingen in haar longen. Maar Bibian gaat door: 'Ik wil de beeldvorming rondom gehandicapte sporters verbeteren. Hoe kan dat ik beter doen dan door zelf actief te blijven sporten?'

Niet zo lang geleden was Bibian Mentel (43) op het strand. Ze droeg een korte broek waardoor haar beenprothese zichtbaar was. Een meisje van een jaar of drie liep langs en wees naar haar rechterbeen. Ze zei: 'Wat heb jij een gek been.' 'Ja, hè', antwoordde Bibian. 'Dat ziet er anders uit, hè? Mijn been was namelijk een beetje ziek en toen heeft de dokter er een stukje afgehaald en er een nieuw stukje been tussenin gezet. En nu kan ik alle dingen weer die gezonde mensen ook kunnen.'

De anekdote is typerend voor hoe Bibian omgaat met haar beperking: positief, open en altijd bereid uit te leggen wat er met haar aan de hand is. Haar belangrijkste doel hiermee is het beïnvloeden van de beeldvorming rondom fysieke beperkingen. Daarom richtte ze ook de Mentality Foundation op – de naam is een verbastering van haar achternaam. De stichting heeft als doel kinderen en jongvolwassenen met een lichamelijke beperking aan het sporten te krijgen. "Bovendien," vertelt Bibian, "is het ontzettend belangrijk om te blijven kijken naar de mogelijkheden in plaats van de beperkingen. Na mijn amputatie dachten sommige mensen in mijn omgeving dat ik heel veel dingen niet meer zou kunnen. 'Jij kan toch niet meer fietsen nu je een been mist?', kreeg ik te horen. Of:

'Denk je echt dat jij nog op hakken kunt lopen?' En snowboarden zou ik natuurlijk helemaal kunnen vergeten, dachten sommigen. Maar vier maanden na mijn amputatie stond ik weer op mijn board. Zeven maanden later werd ik Nederlands kampioen. Bij de valide deelnemers...!'

WIKKEN EN WEGEN

Dit doorzettingsvermogen past bij de sportvrouw. Op haar 27e kreeg ze een enkelblessure die maar niet over ging. Na veel onderzoek bleek het botkanker te zijn. "Toen ze me dat vertelden schrok ik daar eigenlijk helemaal niet zo van. Ik dacht alleen maar: oké, dit is heel vervelend en het komt nu helemaal niet uit, maar wat gaan jullie eraan doen zodat ik zo snel mogelijk weer aan het snowboarden kan?" De tumor in haar enkel werd verwijderd. Bibian dacht er alleen maar aan hoe ze zo snel mogelijk weer op haar board kon staan. Logisch, want ze was een serieuze kandidaat om zich te kwalificeren voor de Olympische Winterspelen in Salt Lake City. Toen ze toch weer last van haar enkel kreeg, bleek helaas ook haar botvlies aangetast te zijn. Op die manier kon de kanker uitzaaien via het bloed. "Ik weet nog goed dat de arts me vroeg: 'Joh, Bieb, hoeveel is je leven je waard?' Hij gaf aan dat de tumor niet bestraald kon worden en immuun was voor chemo. Als ik uitzaaiingen zou krijgen op een plek die niet operabel was, was het einde oefening... Mijn enige optie was dus eigenlijk om mijn been te laten amputeren. Maar hoe kun je iemand die beide benen nodig heeft om haar passie uit te voeren, vragen om een been te amputeren? Ook al wist ik diep van binnen dat ik geen keuze had, het was een heel moeilijke beslissing. Mijn sterrenbeeld is weegschaal, dus ik wik en weeg alles af. Ik heb twee dagen alleen maar gehuild. Maar ik koos uiteindelijk voor mijn leven en dus voor amputatie."

"Ik wist diep van binnen dat ik geen keuze had, maar het was een erg moeilijke beslissing"

'SPLIT TOE'

Twee dagen later werd het been van Bibian afgezet. Twintig centimeter onder de knie. "Dat is mijn geluk geweest want daardoor kan ik mijn enkelgewricht optimaal gebruiken. Ook bij het snowboarden dus. Bovendien heb ik direct aangegeven dat ik zo snel mogelijk met een expert wilde praten over protheses. Voor het eerste gesprek adviseerde de prothesebouwer me schoenen mee te nemen waar ik lekker op liep zodat we gelijk de prothese konden instellen. Maar dat was een prothese waarbij je de hakhoogte niet kon instellen. Dan moet je eigenlijk beslissen welke schoenen je de komende drie jaar aan wilt. Een vriendin van mij die ook een beenprothese moest, had schoenen met een hakje meegenomen. Zij kon thuis niet eens meer pantoffels aan, want haar voet staat altijd omhoog. Terwijl er gewoon protheses zijn waarbij je de hak kunt verstellen. Ikzelf bijvoorbeeld draag graag teenslippers. Veel andere mensen met een beenprothese weten niet dat dat mogelijk is. Want je hebt dan een 'split toe' nodig, maar dan moet je wél bij de prothesebouwer aangeven dat je dat wil. Dit soort informatie krijg je niet, daar moet je zelf naar vragen. Je moet dus heel mondig zijn en weten wat er mogelijk is."

VOLGENDE WEDSTRIJD

Na haar amputatie herstelde Bibian goed. "Binnen een paar dagen werd ik ontslagen uit het ziekenhuis en begon mijn revalidatie. Ik belandde in een soort rollercoaster. Maar je móét verder. Zo zit ik in elkaar. Bij de pakken neerzitten heeft geen zin. Mijn maatschappelijk werkster zei me: 'Bieb, het is net alsof jij je amputatie ziet als een verloren wedstrijd.' Dat is misschien de topsporter in mij: ik ben eigenlijk altijd bezig met de volgende wedstrijd. Daarnaast heb ik een erg opgeruimd karakter. Dat past misschien

ook wel een beetje bij snowboarders. Die hebben vaak zo iets van carpe diem: pluk de dag!" Bibian deed weer mee aan wedstrijden. Maar een jaar na haar amputatie werd ze zwanger. "Niet gepland maar zeer gewenst. Voordat ik überhaupt over het moederschap na wilde denken, wilde ik eerst echt helemaal schoon zijn van de kanker. Maar het liep anders. Mijn partner en ik waren compleet in shock. Maar toen ik de echo zag, was ik om: ik ga toch niet iets gezonds dat in mijn groeit weghalen... Ik ga niet wéér wat weghalen!"

OMA WORDEN

Haar zoon werd geboren en even leek het leven haar weer toe te lachen. Totdat de kanker terugkwam, in haar longen dit keer. "Mijn kleine mannetje was een jaar toen er plekjes op mijn rechterlong werden gevonden. Dat was het moment waarop ik me realiseerde dat ik misschien wel dood zou kunnen gaan. Dat wilde ik nu helemaal niet meer. Ik wil mijn zoon zien opgroeien, ik wil oma worden."

Er werd een stukje van haar long weggehaald en ze herstelde langzaam maar zeker weer. Echter, binnen een jaar gebeurde hetzelfde met haar linkerlong. En ondertussen liep haar relatie stuk. "Mentaal had dat misschien nog wel veel meer impact dan wat dan ook... ik was daar erg verdrietig om. Gelukkig was daar altijd mijn moeder voor me. Zij is niet alleen mijn moeder, maar ook mijn beste vriendin."

GOUD

Bibian vond haar geluk opnieuw bij haar huidige man én coach Edwin. Jarenlang lobbyden ze voor het toevoegen van het snowboarden op de Paralympics. En ze trainden samen intensief om zelf kans te maken op de titel. Met succes! In 2014 won Bibian goud op de Spelen in Sotsji. Een paar maanden later werd ze op

twee disciplines wereldkampioen, ondanks het feit dat ze toen wist dat de kanker opnieuw terug was in haar rechterlong. "Dat was natuurlijk even slikken. Maar sportief gezien waren het fantastische ervaringen. Bovendien opent het winnen van goud heel veel deuren: ineens word je serieus genomen. Ik heb besloten om als actieve sporter door te gaan tot de Spelen van 2018 in Zuid-Korea. De Paralympics zijn toch het beste platform om mijn sport te laten groeien en de beeldvorming rondom fysieke beperkingen te beïnvloeden. En zo lang ik fit ben: waarom niet?!"

DANKJEWEL

Omdat Bibian zich optimaal voor mensen met een beperking wil inzetten, is ze naast haar sport fulltime bezig met haar Mentality Foundation. "Ik wil dat mensen weten welke keuzes ze hebben. Want ik vind het oprecht heel schrijnend als mensen met een beperking de weg niet vinden. Kijk, ik functioneer bijna als een valide persoon. Maar zoveel anderen kunnen dit niet. Die wil ik helpen. Kort na mijn amputatie vroeg het meest gerenommeerde snowboardblad mij om mijn verhaal te vertellen. Ik dacht: dat doe ik een keer en dan ben ik daar klaar mee. Maar toen het blad verscheen, benaderde een achttienjarig meisje met cerebrale parese mij en zei: 'Bibian, dankjewel.' Ik antwoordde: 'Joh, waarvoor?' Ze zei: 'Ik realiseer me nu pas dat ik net als jij gewoon mijn dromen achterna moet gaan. Dat ik moet kijken naar de mogelijkheden die ik wel tot mijn beschikking heb.' Toen ben ik daar over na gaan denken en ik besloot: al moet ik mijn verhaal duizend keer vertellen en ik kan er één iemand mee helpen, dan vind ik het al de moeite waard." ○

Kort nadat dit interview plaatsvond, bleek er bij Bibian opnieuw een tumor in haar long te zitten. Voor de zevende keer gaat ze de strijd aan tegen kanker. Haar man zette de actie 'Scream for Bibian' op met als doel geld op te halen voor innovaties bij longtransplantaties. www.screamforbibian.nl

“De Paralympics zijn het beste platform om de beeldvorming te beïnvloeden”

MENTELITY FOUNDATION

De Mentality Foundation heeft als doel kinderen en jong volwassenen met een lichamelijke beperking volop aan het sporten te krijgen. De stichting organiseert sportieve activiteiten waarbij de lat hoog ligt en die daardoor een bijdrage leveren aan de mentale en fysieke ontwikkeling van mensen met een lichamelijke beperking. www.mentalityfoundation.org

FONDS GEHANDICAPTENSPOORT

Bibian is ook ambassadeur van Fonds Gehandicaptensport. Dit fonds zet zich in om sport voor iedereen met een handicap structureel mogelijk te maken, het sportaanbod kwalitatief en kwantitatief te verbeteren en meer aandacht te vragen voor de gehandicaptensport. www.fondsgehandicaptensport.nl



tekst en fotografie IVO HUITEN

Sinds een jaar is Corné van Houten (18) bijna volledig toegewezen op de zorg van zijn vader Reinier. Een hevige benauwdheidsaanval en complicaties tijdens een maandenlange, kunstmatige slaap veroorzaakten hersen- en zenuwbeschadigingen. 'Ik ben mijn vader dankbaar dat hij me 24 uur per dag verzorgt. Zonder hem had ik niet thuis kunnen wonen.'

s de band met je vader versterkt door wat je overkomen is? "We konden het altijd al goed met elkaar vinden en die band is alleen maar sterker geworden. Doordat we continu samen optrekken, hebben we elkaar door en door leren kennen."

Je vader is als het ware in dienst bij jou als verzorger, toch? "Ja, ik ben eigenlijk zijn baas en daar maak ik ook vaak grapjes om. Hij wordt betaald uit mijn pgb-budget. Laatst gingen we samen eten bij de KFC. Toen hij wilde afrekenen zei ik: je krijgt je salaris via mij, dus eigenlijk heb ik betaald."

Wat doet hij allemaal voor je? "Alles en dat is ontzettend fijn. Hij kleedt me aan, legt me in bed, geeft me te eten. Dat zijn tijdrovende klus-

sen in mijn situatie. En hij regelt alles wat ik nodig heb om de draad van mijn leven weer op te pakken. We gaan bovendien overal samen naar toe: ziekenhuisbezoek, therapieën, noem maar op."

Wat is het meest bijzondere moment met je vader van de laatste tijd? "Er zijn ontzettend veel bijzondere dingen gebeurd de afgelopen tijd. We hebben veel lol samen en sinds ik een spraakcomputer heb, kunnen we ook beter communiceren. Ik vond ons eerste uitje sinds ik weer thuis ben heel gaaf. We gingen naar een concert van Mr. Polska en we mochten backstage zitten, naast de geluidsman!"

Welk contact met andere mensen heb je naast het contact met je vader? "Helaas is het contact met vrienden van school minder geworden.

Mika is een echte vriend en komt nog wekelijks op bezoek. En ik ben op de dagbesteding bevriend geraakt met Jeroen. Elke week krijg ik ook hulp van een studente fysiotherapie die me een aantal uren verzorgt en met me op stap gaat. Met haar kan ik het ook goed vinden."

Hoe zie je de toekomst? "Goed, ik ben wel positief. Ik herstel steeds meer, en ik wil ook zelf dingen gaan ondernemen. Dagjes uit onder begeleiding en in de toekomst misschien wel op vakantie met een groep."

Je tatoeages vallen behoorlijk op: wat vindt je vader daarvan? "Daar moest hij wel even aan wennen. Eigenlijk houdt hij er niet zo van. Maar ik ben er zelf wel heel trots op. Als de naald aan gaat, word ik gewoon blij. Het liefst word ik 'Tattoo King Corné van Houten'." ○

Bekijk
in de app
een spetterend
optreden van
Rondomtrom

Michel & Bep

N

egen jaar oud was Michel Broumels (21) toen hij voor het eerst djembé speelde in de SPD-groep van slagwerkschool Rondomtrom.

Een schot in de roos! 'Ons Mies', zoals hij liefkozend wordt genoemd in de groep, heeft een licht verstandelijke beperking en een emotionele stoornis. "Ik houd van muziek en van de klanken van de djembé. Het samen spelen vind ik erg leuk. Tijdens de lessen zijn we met zijn dertien maar tijdens optredens soms met wel 150 man. Ik heb twee keer per week les, op vrijdag en zaterdag. Thuis oefen ik eigenlijk nooit. Naast djembélessen volg ik ook lessen bij een sambaband. Dan bespeel ik de timba, die lijkt op een djembé maar is van kunststof. Het gaat zo goed dat ik nu bij de gevorderdengroep zit en soms zelf les mag geven. Dat vind ik ook super leuk om te doen. Ik heb zelfs eens een groep van 150 trommelaars geleid tijdens een optreden. Iedereen was enthousiast!. Eigenlijk heb ik alles wel bereikt wat ik zou willen. Het lesgeven vind ik heel erg leuk. Dat wil ik altijd blijven doen." ○

Het bespelen van een muziekinstrument als de djembé is goed voor de motorische ontwikkeling en voor de ontwikkeling van de hersenen. Bij Rondomtrom wordt op een heel ontspannen manier samen muziek gemaakt. Niets moet en alles mag; 'fout' bestaat niet.
www.rondomtrom.nl

mEE