

073

17^e jaargang, december 2023. PlusPunt is een uitgave van KansPlus



ZEG'S

over (mede)
zeggenschap

Samen Sterk

Gehandicaptentestament

Ontspannen in de kerstvakantie

Bert van Dijk over medezeggenschap

Bijzondere Kerstviering

Appeltaart met slagroom

LISSE EN TAMARA - EEN VERHAAL OM TE DELEN	03
EEN GEHANDICAPTENTESTAMENT	05
DE OMA VAN FÉ	06
ZEG'S	
THEATERVOORSTELLING DE VERWANTEN	07
ZEG'S	
SAMENSTERKDAG 2023 EEN GROOT SUCCES!	08

ZEG'S	
ONTSPANNEN IN DE KERSTVAKANTIE	10
BERT VAN DIJK: "SAMEN MOETEN WE HET DOEN"	11
COLUMN VERTROUWENSPERSOON	12
BIJZONDERE KERSTVIERING IN OEFFELT	13
APPELTAART MET SLAGROOM	14
ACHTER DE SCHERMEN	15

Samen Sterk

Tekst: José Laheij



'Samen Sterk' was de titel van de dag in november voor mensen met een beperking, naasten, vertegenwoordigers en medewerkers van zorgaanbieders. Ruim 550 mensen waren op die dag aanwezig om elkaar te ontmoeten en

van elkaar te leren. Een prachtige dag. Een dag die we samen met LFB, Ieder(in) en het LSR hebben georganiseerd.

We weten allemaal dat alleen werken sneller gaat, maar dat je met samenwerken verder komt. Samenwerken is een 'must': voor blijvende aandacht voor de vragen van mensen met een beperking en hun naasten, en voor de toekomst van KansPlus.

Het afgelopen jaar hebben we steeds beter gemerkt dat samenwerken met andere partijen veel oplevert. We zien deze beweging zowel in de regio's als landelijk.

En dat heeft grote voordelen! We kunnen samen een vuist maken in de belangenbehartiging, gezamenlijke reacties geven en ideeën aandragen, we weten samen meer en het netwerk wordt vergroot.

Organisaties hoeven geen dubbel werk meer te doen en behouden tegelijkertijd hun eigen 'kleur'.

Enkele voorbeelden:

- de samenwerking met EMB Nederland bij Kennis & Advies
- samen optrekken naar de politiek en de Tweede Kamer, bijvoorbeeld met het Manifest dat door Dickie van der Kaa aan de minister is aangeboden
- samenwerking met Ieder(in), Alzheimer Nederland en het LSR bij de ontwikkelingen rondom de Wet zorg en dwang.

In onze organisatie is samenwerking de basis van plezier en succes en weten we elkaar te vinden. Honderden vrijwilligers zorgen voor mooie activiteiten, belangenbehartiging en informatie in hun regio. De vrijwilligers op het bureau bij het Kennis- en adviescentrum helpen met een luisterend oor individuele leden een stap verder. Directie en medewerkers op het bureau zorgen samen voor professionele dienstverlening, belangenbehartiging en informatie. Veel dank voor die grote inzet!

Dank ook aan mijn collega bestuursleden, die zich als vrijwilliger hebben ingezet voor de grotere vraagstukken binnen en buiten de organisatie

Het jaar is bijna ten einde, de feestdagen zijn in zicht.

Namens het bestuur en de directie van KansPlus wens ik u mooie kerstdagen, een gezellig oudjaar en een gezond 2024.

Lisse en Tamara - een verhaal om te delen

Tekst: Buro Opaal, foto's: Tamara Streng



Ze is net 2 geworden, de kleine Lisse. Dat is best een wonder te noemen. Lisse moest na haar geboorte vrijwel direct een hartoperatie ondergaan. Enkele maanden later werd zij door een virus in haar longen ernstig ziek. In het boek 'De stalkmoeder, de huisdealer en de kleine junkie', beschrijft Tamara Streng de eerste maanden met haar dochter met Downsyndroom.

Tamara: "Vorig jaar rond deze tijd zijn Lisse en ik teruggegaan naar het ziekenhuis in Leiden. Niet voor een medische behandeling maar om haar 1e verjaardag te vieren, mét gebakjes voor de medewerkers daar." Tamara woont met Lisse in Amsterdam. "We hebben het heel fijn samen. Lisse is een gezellig en vrolijk kind. Ze is nu wel weer wat verkouden en hoesterig. En als dat te lang aanhoudt, ben ik altijd wat alerter en zoek ik de huisarts of de longarts op."

Downsyndroom

Tamara werkt al vanaf haar 16e in de gehandicapsecteur. Ze werkt nu voor Vilans, de kennisorganisatie voor zorg en ondersteuning. Tamara heeft een tante met het syndroom van Down.

"Ik weet eigenlijk niet beter dan dat Jannie erbij hoorde in de familie. Ze was ook altijd bij familie-weekenden of andere activiteiten."

En nu heeft Tamara zelf een kindje met het syndroom van Down. Tamara: Ik wilde geen test doen om het te onderzoeken. Toen ik hoorde tijdens mijn zwangerschap dat er iets niet goed was met het hartje, en dit vaak voorkomt bij het syndroom van Down, wilde ik dat nog steeds niet weten. Het weten, vind ik, geeft geen enkele garantie op hoe het leven gaat zijn. Ik keek uit naar dit kind, hoe en wat het ook brengen zou. Het is bijzonder dat Lisse bij mij is. Ik leer heel veel van haar en van de mensen om haar heen. En ik kan met ons verhaal veel geven aan anderen."

'Stalkmoeder, huisdealer, kleine junkie'

Toen Lisse ernstig ziek werd van een luchtweginfectie, begon Tamara dagelijks met het schrijven van updates aan de mensen die wilden weten hoe het ging in het ziekenhuis. Ze schreef op een integere, daadkrachtige en positieve manier, hoe deze periode met Lisse is verlopen. Het boek ademt liefde voor en vertrouwen in Lisse.

Maar zeker ook voor de medische en verzorgende mensen om Lisse heen. Dankzij Vilans is het dagboek als een boek uitgegeven.

"Het idee om het boek 'De stalkmoeder, de huisdealer en de kleine junkie' te maken, past ook goed bij Vilans en dus bij mij als werknemer. Wij willen graag (persoonlijke) ervaringen en kennis op de juiste plek bij mensen krijgen die daar iets aan hebben."



Waarom deze titel? "Over de huisdealer kan je lezen in het boekje en zo ook over de keus voor kleine junkie. Ik heb een logboekje aangeschaft en aan iedere verpleegkundige en arts die we hebben ontmoet gevraagd iets in het boekje op te schrijven. Toen ik achteraf zag dat er nog enkele mensen ontbraken in het boekje, heb ik daar ook werk van gemaakt. Als ik iets voor elkaar wil krijgen, dan lukt mij dat! Ik heb mezelf toen stalkmoeder genoemd."

Rollen

In haar werk is Tamara altijd bezig met verbindingen leggen tussen professionele kennis en ervaringskennis. "Ineens zat ik zelf in de rol van naaste. Er werd vaak tegen mij gezegd: "Jij weet het 't beste als moeder." Ik werd daar zenuwachtig van, en voelde best wel een druk daardoor. Zeker als je je dochter nog maar zo

kort kent. Als zorgprofessional denk ik dat je beter zou kunnen vragen: "Wat zie jij nu dat anders is aan Lisse?"

Tamara voelt veel verwantschap met zorgprofessionals. "Ik merk dat ik het vaak lastig vind om te horen dat dingen niet goed gaan in de zorg, of over de problemen die mensen hebben met artsen. Ik denk dan: 'Wat gaan we daaraan doen?' Maar ik vind het ook heel belangrijk dat de dingen waar naasten tegenaan lopen zichtbaar worden. En dat zorgorganisaties dat oppikken."

Verhaal delen

Tamara geeft samen met andere ouders trainingen bij de universiteiten VU en UVA. Over haar ervaringen met de samenwerking met de medische wereld.

"Het delen van ons verhaal helpt mij om mijn gedachten te ordenen en samenhang te creëren. Het helpt bij de reflectie op mijzelf en op wat wij meemaakten. En het helpt de mensen om ons heen. Toen Lisse ziek werd, waren de mensen om mij heen vragend en benieuwd naar hoe het ging. Ik heb toen een verzendlijst gemaakt en ben de gang van zaken en mijn gevoelens daarbij gaan delen. Dat hielp ook om geen vragen te krijgen. Ik was dat voor, mensen wachtten op den duur mijn bericht af. We kunnen anderen op deze manier ook een boodschap meegeven. Zij kunnen natuurlijk zelf weten wat zij ermee doen. Het is een persoonlijke vorm van kennis delen. Ik houd er ook warme contacten aan over. Dus het zorgt ook voor persoonlijke verbindingen."

Verrijking

Lisse is een verrijking in Tamara's leven. "Ik beleef veel plezier aan haar. Ik zie hoe Lisse leert en zich ontwikkelt. Ze is nieuwsgierig, en ondernemend. Alles in kleine stapjes.

Ik heb geen angst voor dat het fout zal gaan met Lisse. Ik ben wel alert. Een verpleegkundige gaf mij mee in het ziekenhuis: 'Je gaat haar niet in een cellofaanpapiertje inpakken hè? Wel het leven laten leven.' En zo is het ook. Gelukkig met de wetenschap dat we een groep fantastische (medische) mensen in ons netwerk hebben.

Ik hoop ook dat we samen dingen kunnen blijven doen in het nu. En dat we zonder strijd dingen voor elkaar krijgen voor Lisse."

- 'De stalkmoeder, de huisdealer en de kleine junkie' is hier te downloaden: <https://www.vilans.nl/kennis/dagboek-stalkmoeder-huisdealer-en-de-kleine-junkie>

Een gehandicapentestament

Tekst: Geert Benjamins, foto: Buro Opaal

Bij ons Kennis en Adviescentrum krijgen we vaak de vraag: Weet u een goede notaris? Als wij doorvragen waar die notaris voor nodig is, blijkt het te gaan om een andere vraag. 'Wij hebben een zoon van 25 jaar met een verstandelijke beperking en 3 dochters (29, 27 en 21 jaar). Naast een eigen huis met een behoorlijke overwaarde hebben wij een grote spaarrekening. Wij willen binnenkort een nieuw testament op laten stellen. Wat kunnen wij het beste doen zodat onze zoon straks niet een hoge eigen bijdrage moet gaan betalen aan het Centraal Administratie Kantoor (CAK) terwijl onze dochters het geld goed kunnen gebruiken.' Het antwoord dat wij daar opgeven is dat het in dergelijke gevallen verstandig is om een zogeheten gehandicapentestament te maken.

Een gehandicapentestament gaat uit van een vruchtgebruik voor het kind met een beperking en kent om die reden de nodige voordelen.

In een gehandicapentestament kun je regelen dat je je gehandicapte kind deels onterft. Zo krijgen de andere kinderen een groter deel. Dat deels onterven hoeft uiteraard niet.

En helemaal onterven kan juridisch niet.

Vruchtgebruik

Over dat deel wat je gehandicapte kind erft, geef je hem alleen het vruchtgebruik. Vruchtgebruik geeft het recht om bezittingen die van iemand anders zijn te gebruiken of de 'vruchten' daarvan te genieten. Dit deel breng je onder beheer van een van de andere kinderen. Het handigste is dat deze dan ook de bewindvoerder wordt, dit hoeft niet.

Bij vruchtgebruik mag het kind met de beperking zelf het erfdeel niet gebruiken. Uiteraard mag degene die het voor hem beheert er in bepaalde gevallen wel uitgaven uit doen die het gehandicapte kind ten goede komen (bijvoorbeeld de aanschaf van een nieuwe driewielers).

Voordelen

Dit soort zaken kun je in het gehandicapentestament regelen.

Dan telt het bedrag dat het gehandicapte kind erft maar voor een klein deel mee in box 3 (want hij heeft alleen maar het vruchtgebruik). En het telt bovendien maar zeer beperkt mee voor de eigen bijdrage. Dit is een tamelijk ingewikkelde berekening maar in deze geschetste situatie wordt het geld niet opgegeten door de eigenbijdrageregeling.



Er zijn nog meer fiscale voordelen, zie onderstaande links:

- <https://financieel.info.nl/geld/132934-hoe-kan-mijn-gehandicapte-kind-het-beste-erven.html>
- <https://www.plusonline.nl/special-artikelen/erfenis-voor-gehandicapt-kind>

Notaris?

Heeft u een notaris nodig? Vraag dan om een (bij voorkeur lokale) notaris met kennis van regelingen zoals hierboven. Niet elk notariskantoor is hiermee bekend. Bij het Kennis- en adviescentrum en bij collega-verenigingen en cliëntondersteuners is een kort lijstje met notariskantoren die hier goed mee bekend zijn. De familievereniging Dichtbij heeft op de website een verslag gepubliceerd over de bijeenkomst 'erfrecht en testament bij mensen met een verstandelijke beperking'. Zie: <https://www.familieverenigingdicht-bij.nl/files/media/verslag-bijeenkomst-erfrecht-en-testament-bij-mensen-met-een-verstandelijke-beperking.pdf>

Kennis- en adviescentrum

Voor alle leden van KansPlus en van EMB Nederland is er het Kennis- en adviescentrum.

Heeft u verdere vragen, bel ons dan. Telefoon: 030 - 23 63 750 (van maandag tot en met donderdag van 10.00 uur tot 13.00 uur). Mail: advies@kansplus.nl.

Wilt u meer weten over het thema 'Wat te doen als de zorg voor uw naaste niet meer lukt?' Kijk op de webpagina van KansPlus: <https://www.kansplus.nl/kennis-en-adviescentrum/tool-wat-als-ik-het-niet-meer-kan/>. De methode 'Wat als ik het niet meer kan?' wijst je de weg naar informatie, organisaties, hulpmiddelen en websites die kunnen helpen bij de beantwoording van deze vraag.

Fé gaat lekker

Tekst en foto: Marike Kuperus



Het gaat gewoon goed met Fé. Tijdens een paar dagen lerland is optrekken met Fé een feest. Fé weet wat ze wil, weet hoe ze dat regelt en vindt de dingen leuk. Met Grandma samen boodschappen doen is zo gezellig. We tellen onderweg in de auto de koeien en de graafmachines. Soms telt ze ook iets waarvan ik geen idee heb wat het is..., tot we er langsrijden en ik zie dat het de burens zijn, met hun twee honden. Ah tuurlijk ze zei Gay en de naam van hun hond.

Fé houdt erg van meedoen met de gewone dingen van de dag. Helpen met de was, helpen met de afwas en met roerei bakken. Dat meelopen en meedoen was altijd al leuk, maar nu wordt het ook steeds meer echt helpen en niet meer voor spek en bonen meedoen.

De ouders van Fé hadden hele bergen grijze stenen laten bezorgen om stevige paadjes te maken rondom de nieuwe kas. Die stenen moeten van de stortplek naar de kas op het verre veld. Een kwestie van kruiwagens volladen, het drassige veld oversteken en ze dan op de goede plek storten. En dat dan heel vaak.

Bij het buitenspelen gaan Fé en ik daarmee aan de slag. Eerst met mijn kruiwagen en mijn emmer en een paar stenen van Fé, maar dan ineens is Fé weg. Toch even kijken waar ze heen is. Aan de andere kant van het huis staat haar rode kruiwagen. Die haalt ze op en vervolgens doen we het met twee kruiwagens en twee emmers. Het zijn stevige wandelingen over drassig land. Soms blijft haar kruiwagen steken. Als vanzelf loopt Fé om de kruiwagen heen en trekt hem vervolgens heel makkelijk over de modderpaadjes. Slimmerd. Fé regelt de dingen zoals ze zij het handig vindt.

Dit leven op het land met huis, dieren en veel buiten; in haar lievelingsboek herkent ze daar vast veel van. Het is het plaatjesboek met het verkorte verhaal van 'het kleine huis op de prairie'. Ook het favoriete boek van haar moeder. Fé kan het honderd keer per dag bekijken en voorgelezen krijgen. Ze kan het ook helemaal zelf voorlezen. Bij het stuk over naar school gaan, vult ze inmiddels vol overtuiging aan: "and Fé too".

Want inmiddels gaat ze naast het homeschoolen ook één dag per week naar een buitenschool. De school is een ronde yurt in een lers veld, met veel schapenvellen en kussens. Er komen kinderen van 5 tot 13. Die leeftjidsverschillen zijn voor Fé erg fijn. Niemand die precies jouw leeftijd heeft. Soms doe je mee met de kleinen, soms speel je met de groten. Het programma gaat uit van de eigen kracht van kinderen. Hoe meer buiten, hoe beter voor Fé. Biologie in de lerse bosjes, speren snijden met stokken, sorteren en tellen van kastanjes op grootte. De meeste kinderen komen 2 of 4 dagen. Fé begint met 1 dag. Feestdag. Fé leert er – bijna vanzelf – beter praten. Thuis snappen ze elkaar zonder woorden. Op school moet je het toch beter uitleggen.

Ja het gaat lekker met Fé. En oja natuurlijk vindt Fé niet alles leuk. Als haar jongste broertje het little house boek pakt en niet afgeeft...dan wordt Fé heel boos, elke keer weer. Dit is háár boek. Dit geeft ze niet af! Inmiddels zijn er een paar exemplaren in huis. Want als Fé iets wil...

Theatervoorstelling De Verwanten

Echte verhalen over leven met een licht verstandelijke beperking

Tekst: Buro Opaal, foto: Angela Jütte



De Verwanten is een theatervoorstelling over het leven van 4 mensen met een licht verstandelijke beperking. Over dingen die zij meemaken. De eenzaamheid die zij kunnen voelen. En de behoefte aan warmte en aandacht van elkaar en van andere mensen, aan verwantschap. De voorstelling is al in verschillende theaters gespeeld. Ook in het theater De Buitensociëteit in Zwolle, tijdens de SamenSterkdag.

In De Verwanten nemen 4 spelers met een licht verstandelijke beperking je mee in hun wereld. We leren hun verlangens kennen, hun dromen. We komen erachter hoe het is in de isoleercel. Hoe belangrijk het is als net die ene hulpverlener er is die je echt ziet. Hoe je soms dingen gaat kopen als je je niet goed voelt. Hoe belangrijk het is om je verwant te voelen met anderen. Hoe je dan minder alleen bent. Het is een eerlijke en ontroerende voorstelling. Als toeschouwer gaat er een wereld voor je open.

Eigen verhalen

De Verwanten is gemaakt door de LFB en theatermakers Gehring & Ketelaars.

De acteurs hebben een licht verstandelijke beperking. De teksten zijn geschreven op basis van hun eigen verhalen.

Anne Gehring is één van de theatermakers. "Het is een van de weinige theatervoorstellingen die helemaal samen is gemaakt met mensen met een licht verstandelijke beperking. Ze staan ook zelf op het podium en vertellen een verhaal dat voor heel veel mensen herkenbaar is. Het gaat eigenlijk over het vinden van je eigen route. Een route die anders loopt dan bij de meeste mensen. De acteurs hebben er plezier in. En tegelijkertijd gaat het ook over de eenzame kant. We voelen dat mensen blij zijn met deze voorstelling. Zowel om het te spelen als om ernaar te kijken."

"Iedereen in Nederland zou deze fantastische voorstelling moeten zien." Dat zegt Milan Dorreboom, een van de acteurs.

- Wil je meer weten over De Verwanten? Kijk dan op: <https://lfb.nu/de-verwanten/>



SamenSterkdag 2023 - een groot succes!

Tekst: Buro Opaal, foto's: Angela Jütte



Vrijdag 3 november bezochten meer dan 500 mensen de SamenSterkdag 2023 in Zwolle. Mensen met een beperking, naasten, vertegenwoordigers, begeleiders en andere mensen die belangstelling hadden. Het was een dag vol ontmoeten, in gesprek gaan, leren en gezelligheid.

Bezoekers werden ontvangen bij de registratiebalie. Eerst was er tijd voor koffie of thee met wat lekkers. Daarna werd de dag op verrassende manier geopend door KansPlus directeur Dickie van de Kaa en LFB directeur Ellis Jongerius. Zij waren de dagvoorzitters van dit congres. In een filmpje was te zien hoe zij zich samen in de boksschool hadden voorbereid.

Bij de opening waren korte interviews en verhalen van een naaste, een zorgprofessional en een medewerker van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). Na de opening konden bezoekers kiezen uit 19 verschillende sessies.

De sessies hadden te maken met één van de hoofdthema's:

- Samen Sterk voor een mooie toekomst
- Samen sterk door vrijheid en eigen regie
- Samen Sterk meedoen.

Bezoekers hebben veel informatie en ervaringen met elkaar gedeeld.

Er was een prachtige theatervoorstelling 'De Verwanten' en een grote informatiemarkt.

Het werd een gezellige dag voor iedereen die erbij betrokken was.

Nagenieten en terugkijken

De presentaties en verslagen van de sessies kun je terugvinden op de website www.samensterkdag.nl. Ook alle foto's van 3 november zijn er te zien. Zo kun je de SamenSterkdag2023 nog een keer beleven.

Volgend jaar weer?

Ja! Op vrijdag 1 november 2024 is de volgende SamenSterkdag. Houd deze datum alvast vrij in je agenda.

Waar de dag plaatsvindt weten we nog niet, maar het zal in het oosten van het land zijn.

KansPlus, Ieder(in), LFB en het LSR organiseren komende jaren elk jaar een SamenSterkdag. Het ministerie van VWS maakt dat mogelijk.



Ontspannen in de Kerstvakantie

Tekst en foto: Buro Opaal

Het is bijna Kerstmis. Voor veel mensen de tijd om gezellig met je familie of vrienden door te brengen. En om samen lekker en veel te eten. Met Kerst heb je vakantie. In de vakantie kun je lekker lui zijn. 'Veel eten en lekker lui zijn'. Dat klinkt eigenlijk niet erg gezond. Hoe kun je toch gezond zijn in de Kerstvakantie? En is vakantie dan nog wel leuk?

Vakantie is er niet om aan de lijn te doen. Of om heel erg te sporten. Vakantie is om te ontspannen. Je doet het rustig aan, zodat je daarna weer aan de slag kan. Ontspannen is dus heel gezond.

Ontspannen kan op verschillende manieren. Je kunt wandelen, of een museum bezoeken. Je kunt iets nieuws leren, bijvoorbeeld over eten. En wist je dat zingen heel gezond is?

Kies ik gezond?

Dit is een app waarmee je gemakkelijk thuis of in de winkel kunt zien of je een gezonde keuze maakt van voeding of drinken. Je kunt daarvoor de barcode van het product scannen. Dan zie je hoe gezond het product is. En of je er iets anders voor in de plaats kunt nemen.

Verhaal van NL

Wil je iets leuks doen in eigen land en houd je van geschiedenis? Dan is de app 'Verhaal van NL' te downloaden. Je kunt met de app superleuke geschiedenis-routes wandelen door Nederland. De bekende acteur Daan Schuurman is de verteller van de verhalen.

De Kook-app

De Kook-app is er om mensen te ondersteunen om leuk, lekker en gezond te koken. Met De Kook-app wordt het makkelijker om recepten te kiezen, kopen en klaar te maken. De Kook-app ondersteunt namelijk in alle stappen van het kookproces. Lees meer: <https://www.kennispleingehandicaptensector.nl/tips-tools/tools/kookapp-voor-mensen-met-een-lvb>



Kerstmuziek is gezond voor je!

Kerstmuziek is goed voor je gezondheid. Vrolijke liedjes, zoals Jingle Bell Rock en A Holly Jolly Christmas kunnen je gezondheid verbeteren.

Je kan het beste keihard meezingen met je favoriete kerstmuziek. Dat komt doordat kerstmuziek emoties opwekt. Veel mensen krijgen een gevoel van geluk. Ook geeft het een gevoel van warmte, gezelligheid en het roept fijne herinneringen op.

Ben je geen fan van kerstmuziek? Geen probleem. Andere vrolijke muziek heeft ook een positief effect op je gezondheid. Popmuziek zorgt bij de meeste mensen voor blijde gevoelens. Dus voel je je wat somber? Zet dan een leuke playlist op!

Meer lezen op: <https://nieuws.steffie.nl/nieuws/waarom-is-kerstmuziek-gezond-voor-je-.html>

eZwayZ (zoals het Engelse 'easy ways')

Met de app eZwayZ kun je zonder begeleiding een museum bezoeken. Alleen of met vrienden. Op de app kun je zien, horen en voelen door trillingen waar je heen moet. Bijvoorbeeld naar de Nachtwacht. Bij de Nachtwacht vertelt de app ook iets over het schilderij. De app is erg goed voor blinden en slechtzienden. Je hebt een iPhone nodig om de app te kunnen gebruiken. In dit filmpje zie je meer over de app: <https://www.youtube.com/watch?v=664Eo3P1l6w&t=7s>

Bert van Dijk: "Samen moeten we het doen"

Tekst en foto: Bert van Dijk



Als Berts jongste zoon vanwege zijn licht verstandelijke beperking op elfjarige leeftijd bij orthopedagogisch instituut Van Arkel in Soest komt wonen, gaat er een nieuwe wereld open voor Bert. Tot dan toe was de gehandicaptenzorg nog een redelijk onbekend terrein voor hem. Bert werd voorzitter van de oudervereniging. Daarna volgden zo'n 35 jaar waarin Bert zich actief inzette voor medezeggenschap in de regionale en centrale cliëntenraad. Hij hield zich onder andere bezig met de invoering van de Wet medezeggenschap cliënten van zorginstellingen (Wmcz) binnen 's Heeren Loo. Met de centrale cliëntenraad streefde Bert voor medezeggenschap waarin cliënten en verwanten samen optrekken. Dit resulteerde in deelraden voor verwanten en cliënten.

"Als ik terugkijk, heeft mijn inbreng vooral bestaan uit heel veel kleine dingen die samen de kwaliteit van leven voor cliënten hebben verbeterd. Het is lastig om daar iets uit te noemen. Centraal staat altijd dat we het samen als ouders moeten doen: samen met de cliënt en zijn of haar begeleiders. Zo kun je van onderaf het leven van cliënten verbeteren. Gelukkig worden ouders steeds meer betrokken bij de zorg van hun kind. Het werken in de driehoek cliënt-

verwant-begeleider is gemeengoed geworden. Daarbij is het belangrijk dat verwanten ook aangeven wat zij graag anders zouden willen. Veel ouders zijn daar prima zelf toe in staat. Voor ouders die dat niet kunnen of cliënten met een klein netwerk is het belangrijk dat zij terecht kunnen bij de ambtelijke secretaris van de cliëntenraden. Deze raden kunnen ervoor zorgen dat zij ook gehoord worden. Zij weten waar zij zaken kunnen neerleggen, zodat deze opgepakt kunnen worden. Ook in individuele gevallen heb ik regelmatig zaken aangegeven bij een manager. Managers vinden dat vaak ook prettig, omdat zij niet alles in de gaten kunnen houden."

De cliëntenraad verbetert de kwaliteit van zorg

"Samenwerken in de driehoek betekent wederzijds begrip: zowel voor de wensen van de ouders en cliënten als voor de grenzen waar de zorginstelling tegenaan loopt. Denk aan financiën of zoals nu aan de krapte op de arbeidsmarkt. Dan mag je best flink discussiëren over de keuzes die gemaakt moeten worden, om vervolgens samen te zoeken naar oplossingen. Juist in die discussie ontstaat het begrip.

Een cliëntenraad is geen klachtencommissie, maar een middel om de kwaliteit van zorg te verbeteren. In mijn tijd in de centrale cliëntenraad zorgden we na een overleg met de raad van bestuur altijd voor een nieuwsbrief voor de regionale raden. Zo werden zij goed geïnformeerd over de afwegingen en besluiten."

"Veel verwanten doppen het liefst hun eigen boontjes. Maar als het iets is wat niet alleen jouw kind aangaat, is het goed om het breder te trekken en bespreekbaar te maken. Een cliëntenraad kan daarbij helpen. Maar ook binnen een woning kunnen verwanten elkaar opzoeken om zaken bespreekbaar te maken. Juist door het samen te doen krijgt het meer gewicht en krijg je makkelijker dingen van de grond."

Beter onderling contact en betrokkenheid

"Het project 'Samen in Regie' is een goed voorbeeld van samenwerking. Bewoners, verwanten en medewerkers van een locatie keken samen wat goed liep en naar wat beter kon. Een kernteam analyseerde de verbeterpunten en kwam met verbetervoorstellen. Daar zijn de teams

mee aan de slag gegaan. Dat waren soms gewone dingen als een barbecue organiseren om elkaar informeel te ontmoeten. Maar ook het gezamenlijk opknappen van de tuin rond de woning. Het project heeft het onderlinge contact en de betrokkenheid enorm verbeterd. Daarna zochten ouders elkaar makkelijker op."

Veel geleerd

"Na ongeveer 35 jaar bijgedragen te hebben in verschillende functies aan de medezeggenschap bij 's Heeren Loo, heb ik medio juni 2023 een punt gezet achter mijn laatste taak in de regio Midden-Nederland.

Natuurlijk blijf ik betrokken omdat het me zoveel heeft gebracht. Ik heb geleerd hoe een grote organisatie als 's Heeren Loo werkt, geleerd van de samenwerking met andere organisaties. Maar bovenal heb ik geleerd, dat door open te staan voor de ander - te luisteren en te zoeken naar oplossingen - je samen het meest bereikt."

Bert van Dijk is vrijwilliger bij het Kennis en Adviescentrum van KansPlus/VraagRaak. Het interview met Bert heeft op LinkedIn gestaan. De redactie heeft verhaal enigszins aangepast voor de PlusPunt.

Column van de vertrouwenspersoon Mag je alles zeggen?

Tekst en foto: Marijke Mahieu



Mag je opmerkingen maken over hoe iemand eruitziet of over wat iemand aan heeft? Of wijzen op kleding die misschien een andere boodschap uitstraalt dan wat die persoon wil? Soms wil je iemand beschermen tegen zichzelf. Waar ligt jouw grens en die van een

ander? En wie bepaalt dat? Dit zijn lastige vragen en de antwoorden liggen vaak ergens in het midden.

Ook is de manier waarop je iets zegt belangrijk. De toon maakt de muziek! Geef geen oordeel maar laat de ander in zijn waarde. Dan heb je ook de meeste kans dat je boodschap overkomt. Want het was vast de bedoeling om niet kwetsend te zijn, maar positief kritisch. Dit is zeker niet altijd eenvoudig. Een opmerking is gauw gemaakt en een oordeel is snel gegeven.

Moet je alles zeggen?

Soms moeten dingen wel gezegd worden. Als iemand in gevaar is. Als iemand gepest of lastiggevallen wordt, dan helpt het echt om je mond open te doen. Durf je het niet,

zoek dan eerst een medestander maar probeer het wel! Maar je hoeft niet alles te zeggen. Soms weten mensen zelf heus wel dat ze niet zo aardig zijn of niet zo slim bezig zijn. Daar hoeft je niet altijd de nadruk op te leggen. En misschien is er een reden achter hun gedrag. Schelden, beledigen of vernederen doet pijn. Woorden doen ertoe en iets aardigs zeggen werkt vaak zoveel beter.

Wil je alles zeggen?

Soms zijn er zaken waar je niet graag over praat, waar je stil over blijft. Omdat je niet zeker weet of het goed is om dat te doen. Of omdat je niet weet wat gevolgen kunnen zijn. Of hoe een ander gaat reageren. Maar soms maak je dingen mee of zie je dingen die je wel graag wil zeggen. Zodat iemand mee kan denken met jouw verhaal. Iemand die naar je luistert en die niet gelijk een oordeel heeft.

Organisaties en instanties moeten ervoor zorgen dat medewerkers en cliënten zich veilig voelen. En dat er maatregelen en protocollen zijn in het geval er sprake is van grensoverschrijdend gedrag. Hiervoor wordt een vertrouwenspersoon aangesteld. Iemand die niets te maken heeft met de betreffende organisatie. Marijke Mahieu is de vertrouwenspersoon bij KansPlus.

Bijzondere Kerstviering in Oeffelt

Tekst en foto's: Evert Jan van Grootheest



Al meer dan 25 jaar wordt in Oeffelt een speciale Kerstviering gevierd. In de San Salvator parochie, op een zondag, minimaal één week voor Kerstmis. Iedereen is welkom bij deze viering speciaal voor en door mensen met een verstandelijke beperking. Het Kerstverhaal van Jozef en Maria, het kindje Jezus, de herders en de wijzen uit het Oosten wordt vol overgave ten tonele gebracht. Evert Jan van Grootheest uit Boxmeer vertelt.

"We zijn hier als bestuur van KansPlus al in de jaren 90 mee begonnen onder leiding van de voorzitter wijlen dhr. P. Gommans, met toerbeurt in meerdere parochies in de regio, maar dat liep niet echt goed. Bestuurslid en pastor van Oeffelt wijlen de heer H. van Breemen stelde voor om voortaan alleen in Oeffelt bij elkaar te komen. Alle bijzondere feestdagen zoals Pasen en Kerstmis en ook de vakantieperiode. Tegenwoordig zijn alleen de Kerstviering en de viering van Pasen overgebleven."

Zingen en een kaarsje branden

"Tijdens de Kerstdienst wordt veel gezongen. Het MeZoDa-koor van Dichterbij treedt op. Verder zijn er bij de Kerstdienst de gebruikelijke gebeden, voorbeden en schriftlezingen met uitleg. Altijd aan de hand van een thema. In 2022 was het thema bijvoorbeeld 'Angst en onzekerheid'."

"Het is een fantastisch moment als iedereen die dat wil naar voren komt om een kaarsje aan te steken ter nagedachtenis aan een vader, moeder of opa en oma. Of voor iemand die ziek is, of voor een huisdier, of zomaar."

Daarvoor komen mensen graag naar voren en staan in de rij om dat te doen. Dan staan er zomaar meer dan 20 kaarsjes op één rij!

Na de dienst is er een gezellig samenkomen in gemeenschapshuis 'de Kleppenburg'."

Wie komen er allemaal naar de Kerstviering?

"Alle bewoners, bezoekers en begeleiders van dagen woonvoorzieningen in het Land van Cuijk en de regio Gennep. En bewoners van het Thomashuis in Boxmeer en thuiswonenden met hun familie. Zij worden allemaal uitgenodigd om bij elkaar te komen en samen Kerst te vieren."

"De mensen komen graag. Ze staan gelijk weer klaar en zijn enthousiast om eraan mee te doen! Ook het MeZoDa-koor van Dichterbij zingt enthousiast mee. Met Pasen zingt er overigens soms een Parochieherenkoor en dit is ook een dienst waarin communicantjes uit de gemeente er zijn!"

Een fantastische activiteit

"De vieringen zijn voor mensen met een verstandelijke handicap een heel leuk uitje. Zij zijn zeer enthousiast om te komen en eraan mee te doen, of er zo maar bij te zijn! Ze komen ook graag na de kerkdienst naar de Kleppenburg, dat is echt een gezellig samenzijn, met koffie, thee of frisdrank en lekkers zoals kerstbrood of paaseieren bij de Paasviering.

Deze vieringen, met alles erop en eraan, zijn een fantastische activiteit. Wat mij betreft is het echt een aanrader voor anderen om zo iets ook te gaan doen. Persoonlijk organiseer ik dat heel graag, want het is heel fijn en dankbaar om te zien hoeveel enthousiasme, plezier en gezelligheid dit geeft!"



Appeltaart met slagroom

Tekst en foto: Jan Pino

Michiel is op 7 juli 2023 overleden in de Laurens Hof (Berkel en Rodenrijs). Daar woonde hij sinds mei 2021. Daarvoor heeft Michiel ruim 40 jaar gewoond in een woonvorm van (nu) Pameijer in Rotterdam. Eerst in de Bloemhof later op de Berlagestraat. Michiel is 60 jaar en 1 maand geworden. Bij zijn geboorte werd gezegd dat hij maximaal 35 zou worden. Michiel heeft het dus heel goed gedaan, vooral ook door de goede en liefdevolle zorg in een land waarin dat allemaal mogelijk is gemaakt.

Michiel was mijn broer. Wij waren met z'n tweeën, naast vader en moeder natuurlijk.

Voor mij de gewoonste zaak van de wereld.

Natuurlijk waren er dingen waar ik mij als puber voor schaamde. Hij rende bijvoorbeeld vaak naakt de straat op. Ontsnapt van het toilet. Omdat hij nogal snel was moesten we hem dan gaan zoeken.

Thuis was er veel aandacht voor Michiel. Zo stond steevast radio Veronica hard aan en moesten we eindeloos naar Pippi Langkous en Ti Ta tovenaars luisteren. Eigenlijk normaal dat er zo nu en dan wat wrijving en ruzie was tussen ons. Mijn ouders zorgden voor een goede balans en deden met mij bijzondere dingen. Bijvoorbeeld een vakantie in 1970 naar Zuid-Afrika (familiebezoek). Zeker niet normaal in die tijd. Ik voelde me dan ook nooit tekortgedaan.

Met Michiel communiceren was niet eenvoudig. Maar dat hij mij zag als zijn broer en van mij hield weet ik wel. Dat werd vooral later duidelijk als we samen naar Terschelling gingen. De vaste familievakantie, ook toen mijn ouders er niet meer waren.

Een goed leven voor Michiel

Ik kan niet over Michiel schrijven zonder onze ouders te noemen. Zij hebben echt alles uit de kast gehaald om hem een goed leven te bieden. Dat is niet vanzelfsprekend. Ze hebben ervoor gezorgd dat hij op zijn 18e uit huis ging, zoals dat voor kinderen toen normaal was.

Nadat mijn beide ouders waren overleden, heb ik samen met mijn vriend geprobeerd deze rol enigszins over te nemen. We gingen regelmatig op bezoek in de Berlagestraat, deden leuke dingen: naar het strand,



In 2009 werden in de gemeente Rotterdam de saaië elektriciteitshuisjes door professionele kunstenaars vrolijk geschilderd. Bewoners mochten hun wens voor de wereld insturen, de mooiste wensen zouden dan meegenomen worden in het schilderwerk.

De wens van Michiel is nog altijd te bewonderen bij de ERA flats aan de Favrestraat in Rotterdam. Zo nu en dan als ik in Rotterdam ben, rij ik erlangs.

Daarna eten we appeltaart met slagroom!

ergens lekker koffiedrinken met appeltaart. En naar Terschelling natuurlijk.

Helaas moesten wij na 2021 stoppen met deze uitstapjes. Ze waren voor Michiel meer een last geworden dan een plezier. Daarbij speelde vooral dat hij fysiek en door Alzheimer ook geestelijk achteruitging. Michiel verhuisde van de Berlagestraat naar de Oudelandse Hof. Kort daarna hebben we eigenlijk al afscheid van Michiel moeten nemen. Inhoudelijk contact hield op. Er was nauwelijks tot geen herkenning. Hij is rustig ingeslapen en daar hebben wij vrede mee.

Zijn uitvaart was heel mooi en ook troostend. Er waren veel mensen. Heel bijzonder was de aanwezigheid van een aantal bewoners uit de Berlagestraat. Sommigen kenden Michiel meer dan 40 jaar! Ik kijk met een goed en liefdevol gevoel terug naar een mooie periode met mijn niet bijzondere 'bijzondere' broer.

Achter de schermen

Tekst: Dickie van de Kaa, foto: Angela Jütte

We zitten inmiddels diep in het najaar. Bakken met regen vallen uit de lucht en er waait een stevige wind. De bomen staan gedeeltelijk nog in het blad met mooie herfstkleuren, maar veel ligt op de grond te glinsteren in de regen waardoor de kleuren nog mooier tot hun recht komen. Ik ben nu een paar dagen in Zeeland vlakbij Vlissingen en de witte schuimkoppen in zee vinden hun weg naar het strand. Enkele verlaten wandelaars lopen langs zee en trotseren de wind en de regen om zich daarna knus in een strandtent op te warmen, net als wij.

Belangrijke besluiten KansPlus

De vereniging KansPlus bevindt zich ook niet in een gemakkelijk jaargetijde. Dit najaar moeten er in de algemene ledenvergadering enkele belangrijke besluiten genomen worden. Hoe gaan we verder, welke prioriteiten moeten we stellen? Maar zeker is dat onze vereniging, die al meer dan 70 jaar bestaat, blijft voortbestaan.

We zullen steviger inzetten op samenwerking met collega organisaties en samen opkomen voor de belangen van mensen met een beperking en hun naasten. U kunt altijd met ons meedenken in ons digitale KansPlus café waarvoor u via de mail een uitnodiging ontvangt. Helaas hebben we niet alle e-mailadressen van onze leden. Als u e-mail heeft (of uw zoon of dochter bijvoorbeeld) laat het ons dan weten! Of kijk op de website onder actueel (het laatste nieuws).

Dorien Kloosterman

Onze collega Dorien Kloosterman zal vanaf 1 januari 2024 niet meer bij ons in dienst zijn. Zij vertrekt na 40 jaar met hart en ziel betrokken te zijn bij de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking. Máár zij blijft wel degelijk verbonden met ons, door beschikbaar te blijven voor allerlei 'klussen'. Dorien heeft onder andere bij Sien (PhiladelphiaSupport), Platform VG en Ieder (in) gewerkt. En 6 jaar geleden kwam ze bij ons om zich in te zetten voor een groot project van het ministerie van VWS: de Kwaliteitsagenda. Wij zijn Dorien heel dankbaar voor het vele mooie en waardevolle werk dat zij heeft verricht en waarbij altijd het belang van de mensen voor wie wij werken voorop stond. Wij hopen op een fijne samenwerking in de toekomst.



SamenSterkdag 2023

In deze PlusPunt leest u ook over de SamenSterkdag die wij onlangs met meer dan 500 deelnemers hebben gevierd met een mooi thema: Samen Sterk voor kwaliteit! Bent u er volgend jaar ook bij? Op een andere plek in dit tijdschrift leest u er meer over.

Minister Helder

Samen met Sien, EMB Nederland, 2Cu, Dit Koningskind en Helpende Handen organiseren wij een werkbezoek met demissionair minister Helder waarbij het manifest 'Bescherm de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking' centraal staat. Eerder heeft u in de PlusPunt kunnen lezen dat wij dit manifest gezamenlijk aan haar hebben aangeboden.

Ik wens u een warme kersttijd en een voorspoedig nieuwjaar.



Mijn moeder zei altijd met oud en nieuw: 'Vele Heil en Zegen'. Een liefdevolle boodschap.



Colofon

PlusPunt is een uitgave van KansPlus, Belangennetwerk verstandelijk gehandicapten. PlusPunt verschijnt vier keer per jaar.

Oplage

4.300

ISSN

2212-2621

Tarieven 2023

Lidmaatschap KansPlus: € 39,50

Familielidmaatschap: € 49,50

Gezinslidmaatschap: € 5,00
(alleen voor bestaande leden)

Abonnement PlusPunt: € 27,50

Mededelingen over het beëindigen van het lidmaatschap dienen schriftelijk aan het Landelijk Bureau te worden doorgegeven voor 1 oktober. Voor losse abonnementen geldt een opzegtermijn van drie maanden.

Foto voorpagina

Tamara en Lisse

foto: ClaudiaPhotography,

<https://claudiaphotography.nl/>

Redactie

Sandra Overbeek (Buro Opaal), Marion Thielemans en Dickie van de Kaa

Redactieadres

KansPlus, Postbus 408, 3990 GE Houten
(030) 236 37 44, pluspunt@kansplus.nl,
www.kansplus.nl

PlusPunt digitaal ontvangen?

Meld u aan via pluspunt@kansplus.nl

Vormgeving en drukwerk

MEO

Deadline kopij

Kopij voor nummer 74 dient uiterlijk 4 februari 2024 binnen te zijn bij de redactie.



Met een extra gift helpt u mee

KansPlus komt op voor mensen met een verstandelijke beperking en hun netwerk. Op verschillende manieren zetten we ons in voor het bevorderen van een goede kwaliteit van leven voor mensen met een verstandelijke beperking.

Wij zijn sterk in:

Belangenbehartiging. Zowel landelijk als lokaal in de richting van de politiek, zorgaanbieders en andere beleidsbepalende organen en organisaties. Dienstverlening. Ondersteuning en advisering van individuele leden via het Kennis- en adviescentrum en ondersteuning van cliëntenraden en familieverenigingen via VraagRaak. Ontmoeting. Recreatieve activiteiten voor mensen met een verstandelijke beperking, ledenvergaderingen en themabijeenkomsten.

Help mee en doneer!

Bent u geen lid maar wilt u ons toch financieel steunen? Word dan donateur. Met uw donatie, eenmalig of structureel, helpt u mee aan een waardevol leven voor mensen met een verstandelijke beperking en hun naasten. Kijk op <https://www.kansplus.nl/over-kansplus/donateur-worden/>

Wilt u liever zelf een gift overmaken? Dat kan! Op rekeningnummer: NL49RABO0159 376769, ten name van: KansPlus. Onder vermelding van: Donatie aan KansPlus.

KansPlus is een Algemeen Nut Beogende Instelling: ANBI.

Dit betekent dat u een gift op uw aangifte Inkomstenbelasting als aftrekpost kunt opvoeren.

Als u het werk van KansPlus in de toekomst wilt steunen, kunt u KansPlus opnemen in uw testament. Er zijn o.a. twee mogelijkheden:

- u laat KansPlus een vaststaand bedrag na (een legaat)
- u benoemt KansPlus als erfgenaam voor een deel van de erfenis.

Alle bedragen - kleine en grotere - zijn welkom.

Wilt u de mogelijkheden bespreken? Neem dan contact op met Dickie van de Kaa, directeur van KansPlus via 030-2363744.

