

# Nieuwsbrief

## 2

Jaargang 8 // 15 september 2011

### Voorwoord

Zoals u in de inhoudsopgave ziet, is de volgorde van de artikelen in deze nieuwsbrief gewijzigd. De artikelen die vallen onder de rubriek Landelijk nieuws zijn in de nieuwsbrieven van alle regio's gelijk om u als cliënt van Koninklijke Visio overal in het land op dezelfde wijze te informeren over onze dienstverlening. Daarnaast is er ruimte voor regionaal nieuws. Ten slotte is er nog nieuws van derden dat u vindt onder de rubriek Berichten van derden. ■

---

### Inhoudsopgave

#### Landelijk Nieuws

Kan dat ook bij Visio? Thema: Verlichting	2
In de schijnwerpers	3
De cliënt centraal	3
Nader verklaard	5
Visio Het Loo Erf	6

#### Algemeen

Veranderingen in indicatiestelling CIZ	6
Week van de Toegankelijkheid	7
Echolokalisatie	7
Reünie in Grave	7
Nieuw: Visio introduceert blog op website	8

#### Nieuws uit de regio

Hulpmiddelen	8
Navigatiehulpmiddelen	8

Mobiele telefonie	8
-------------------	---

#### Stemming, emoties verwerking

Zorgen voor jezelf	9
Ik kan er een boek over schrijven	9
Groepsgesprekken	9
Netwerkcursus	9
Mindfulness	9
Lotgenotengespreksgroep	10
Doe-praat groep voor kinderen	10

#### Vaardigheden verbeteren

Ontdek uw mogelijkheden	10
Efficiënt omgaan met het geheugen	10
Massagetraining	11
Workshop catalogus Loket aangepast- lezen raadplegen	11

#### Vrijtijdsbesteding

Kom een spelletje uit proberen	11
Passende vrijetijdsbesteding	11
Oproep: Breng showdown naar Zeeland	12

#### Cliëntenraad

#### Uitgelicht

Visio te Goes bestaat 25 jaar	12
Open dag Leiden	12
Eenvoudige vraag? Er zijn inlooptijden	13

#### Berichten van derden

Looproutes voor reizigers van NS	13
JMD-dag in Nijmegen	13

#### Colofon

# Landelijk Nieuws

pagina 2

## Kan dat ook bij Visio?

Visio krijgt wel eens de vraag waarom revalideren zinvol is, want je gaat er toch niet beter van zien. Dat is waar, maar Visio kan wel helpen en handvatten aanreiken, zodat u op een andere manier leert kijken. De medewerkers van Visio begrijpen wat het betekent om hinder te ervaren in het dagelijks leven door slecht zien. Na een training of themabijeenkomst horen we vaak: "Ik wist niet dat dat ook kon bij Visio!" of "Had ik dit maar eerder geweten." In de nieuwsbrief lichten we er daarom steeds een ander stukje van de dienstverlening voor u uit. Deze editie is het thema: "Verlichting".

### Visuele waarneming en licht

*Door Ir. Anne Vrijling – klinisch fysicus*  
Licht is onmisbaar. Zonder licht zien we niets. Naarmate iemand ouder wordt, is er voor alledaagse activiteiten meer licht nodig. Mensen met een visuele beperking hebben over het algemeen ook meer licht nodig om beter te kunnen zien. Het is waarschijnlijk dat het plaatsen van een extra lamp vaak niet voldoende is, maar juist als hinderlijk wordt ervaren, waardoor het zien helemaal niet verbetert. De professionals van Visio onderzoeken of licht een rol speelt bij de waarneming en of met goede verlichting de dagelijkse activiteiten weer beter mogelijk zijn.

### Advies op maat

Bij een verlichtingsadvies is er onderscheid in taak- en basisverlichting. Basisverlichting is nodig om oriëntatie in de ruimte mogelijk te maken en een gevoel van veiligheid te creëren. Taakverlichting is gericht op

specifieke activiteiten, zoals lezen of knutselen. Het afstemmen van zowel de basis- als de taakverlichting is bij slechtziende mensen erg belangrijk. Hoeveel licht er nodig is, verschilt van persoon tot persoon. Dit is afhankelijk van bijvoorbeeld de duur en de soort taak, maar ook van de leeftijd. Bij goedziende, oudere mensen zal meer licht meestal resulteren in meer comfort, maar het levert niet per definitie een betere waarneming op. Het lezen gaat dan wel makkelijker, maar men kan nog steeds de kleine lettertjes niet lezen. Bij slechtziende mensen werkt de invloed van licht op de waarneming anders. Veel licht kan verblindend werken, te weinig licht kan ook weer hinderlijk zijn. Ook grote verschillen in verlichtingssterkte kunnen storend zijn, omdat slechtziende mensen meestal een paar minuten moeten wennen aan de nieuwe verlichtingssituatie. Voor een goede waarneming is er meer nodig dan het aanpassen van de hoeveelheid licht alléén. Ook de invloed van daglicht komt aan de orde. Invallend daglicht, rechtstreeks of via weerkaatsing, kan een bron van verblindings zijn. Daarnaast wordt een ruimte waarin veel donker gekleurde voorwerpen staan anders waargenomen dan een ruimte met veel lichtgekleurde voorwerpen. Kortom, de beste verlichtingssituatie is niet alleen afhankelijk van het aantal en het soort lampen, maar goed contrast, kleurgebruik, goede zonwering en de inrichting zijn net zo belangrijk.

### Laat u informeren

Een goed aangepaste verlichtingssituatie kan de behoefte aan revalidatie of hulpmiddelen verminderen en soms zelfs wegnemen. Wilt u weten wat Visio voor u kan betekenen op het gebied van verlichting? Neem contact op met het Cliëntservicebureau T 088 585 85 85 . ■

# Landelijk Nieuws

pagina 3

## In de schijnwerpers

**In deze rubriek geeft een professional uitleg over zijn of haar vakgebied. Dit keer komt Erna de Beuze, ergotherapeut, aan het woord. Zij is sinds 2006 in dienst.**

### **Wat is je achtergrond?**

Ik ben als ergotherapeut begonnen in een ziekenhuis. Daarna heb ik gewerkt bij een revalidatiecentrum en de thuiszorg en als arbodeskundige bij een arbodienst.

### **Wat is je functie bij Visio?**

Ik werk als ergotherapeut bij Visio in Leeuwarden. Ik houd me met verschillende aandachtsgebieden bezig: computergebruik, mobiliteit en communicatiehulpmiddelen (zoals telefoons en memorecorders), maar ook met verlichting.

### **Wat doe je precies op het gebied van verlichting?**

Ik ben deskundige op het gebied van licht, verlichting en inrichting (LVI). In mijn werk onderzoek ik wat de invloed van verlichting is op de woon- en/of werksituatie van de cliënt. Dit doe ik in het lichtlab van Visio in Haren. Dit onderzoek concentreert zich op basis- en taakverlichting. Naast het doen van onderzoek heb ik een adviserende rol. Wanneer in kaart is gebracht wat de invloed van verlichting is, ga ik kijken met de cliënt of er veranderingen nodig zijn in de werk- of thuissituatie en welke oplossingen hiervoor bestaan. Uit onderzoek kan bijvoorbeeld blijken dat de cliënt behoefte heeft aan meer egale verlichting in huis, maar overdag geen lampen aan heeft terwijl daarmee het probleem eenvoudig op te lossen is. Het klinkt simpel, maar vaak denken mensen er niet aan. Soms adviseer ik om

andere lampen (armaturen) te installeren. Ik informeer de mensen dan waar ze deze kunnen aanschaffen. Indien wenselijk kan ik een advies schrijven voor een aanvraag van aanpassing van de verlichting bij het WMO-loket van de gemeente. Wanneer een cliënt lichthinderklachten heeft, kan ik kijken naar geschikte zonwering, maar ook naar een andere opstelling van meubels, zodat die persoon minder hinder ervaart.

### **Met wie werk je vooral samen?**

Met de videoloog, de collega-ergotherapeut, de optometrist en de trajectbegeleider arbeid.

### **Wat spreekt je aan in het werk?**

Ik vind vooral de afwisseling tussen de verschillende aandachtsgebieden in mijn werk leuk, maar ook de variatie binnen een aandachtsgebied. Zo kun je op het gebied van verlichting soms met heel eenvoudige adviezen veel bereiken voor iemand. Bij ingewikkelde vragen moet je soms meer de diepte in. Het varieert van een advies voor een eenvoudige bureaulamp tot een uitgebreid advies voor een woningaanpassing wat betreft verlichting. Dat spreekt me aan. ■

---

## De cliënt centraal

**Heleen van der Kamp, maatschappelijk werker, interviewt Hans Koopmans (58 jaar). Hans was leerkracht, maar kon door zijn visuele beperking niet meer lesgeven. Sinds een jaar werkt hij als directeur op een school met 35 kinderen. Hans heeft Fundus flavimaculatus, een vorm van Macula degeneratie waarbij vlekken op het netvlies zich vergroten.**

# Landelijk Nieuws

pagina 4

## **Hoe lang heb je deze aandoening al?**

“Een jaar of tien. Als je de krant niet goed meer kunt lezen en je ziet de planken van de schutting niet meer in lijn, vraag je je af wat er aan de hand is. In het ziekenhuis volgde de diagnose en bleek dat er niets aan te doen is. Het lezen wordt nu moeizamer en ik maak veel typfouten. Toen ik vier jaar geleden nog voor de klas stond, was dat lastig. Als de kinderen op een andere plaats gingen zitten kon ik ze niet meer vinden. Herkennen van gezichten is een probleem.”

## **Sinds wanneer heb je contact met Visio?**

“Sinds vorig jaar. Ik heb daar overleg over gehad met de bedrijfsarts. Volgens mijn oogarts was ik er nog niet aan toe, maar ik vond zelf van wel, omdat er misschien goede oplossingen zijn voor dingen die ik niet kan zien. Ergotherapeut Hanneke Fehrmann is hier geweest om mijn werkplek te bekijken. Mijn bureau is nu in een hoek in de kamer opgesteld waardoor ik niet direct in het zonlicht kijk. Dit is veel rustiger voor mijn ogen en daardoor ook minder vermoeiend. Ik heb tijdelijk een leeslamp van Visio gehad. Die werkte perfect; het lezen werd daardoor makkelijker. Hanneke is nu bezig met een verlichtingsadvies waarmee ik de lamp kan aanschaffen.”

## **Hoe werkt het verlichtingsonderzoek?**

“Ik vond het verlichtingsonderzoek in het lichtlab heel bijzonder. De kamer is donker met daarin een opstelling van meubels en attributen en de vraag is wat je ziet. Mijn vrouw zag van alles en ik niet. Je wordt er onzeker van. Ik zag bepaalde voorwerpen niet en andere weer wel. Soms zag ik ook alleen een deel van een voorwerp. Vervolgens werd het licht versterkt waardoor ik sommige zaken beter zag. Op deze manier werd gekeken

welke lichtsterkte voor mij het meest geschikt was. Dit heeft me veel opgeleverd.”

## **Toelichting op verlichtingsonderzoek door Hanneke Fehrmann:**

“Licht speelt een belangrijke rol bij het zien. Visio adviseert over een zo optimaal mogelijke verlichtingssituatie in een thuis- of werksituatie. Om tot een goed advies te komen, wordt er eerst gebruik gemaakt van de beschikbare informatie van bijvoorbeeld de eigen oogarts en van gegevens uit voorgaande contacten bij Visio, zoals de intake, het lowvisiononderzoek en verslag van de trajectbegeleider. Vervolgens worden de specifieke situatie en de vraagstelling in kaart gebracht. Dit gebeurt in een onderzoek op de werkplek of in de thuissituatie door een ergotherapeut. Tijdens dit onderzoek worden de mogelijkheden en beperkingen besproken die de cliënt ervaart ten aanzien van zijn werkzaamheden. Wordt het uitvoeren van deze taken beperkt door lichthinder van bijvoorbeeld direct zonlicht of door te weinig licht of het ontbreken van contrast? Ook worden in dit onderzoek praktische metingen verricht om de huidige situatie in kaart te brengen, zoals de verlichtingssterkte, maar ook de indeling van de ruimte, het contrast tussen de verschillende objecten, de aanwezige lampen en zonwering. Aanvullend kan bij Visio een onderzoek in het lichtlaboratorium verricht worden. Samen met de cliënt wordt onder andere bepaald welk verlichtingsniveau nodig is om zo goed mogelijk te kunnen functioneren. Op basis van de onderzoeksresultaten zal Visio een verlichtingsadvies geven. Het kan zijn dat een bepaald type taakverlichtingslamp geadviseerd wordt, maar ook kan er advies worden gegeven over aanpassing van de basisverlichting, zonwering, contrastgebruik

# Landelijk Nieuws

pagina 5

en/of de inrichting van de ruimte. Met het gegeven advies voor de werkplek kan vergoeding bij het UWV worden aangevraagd." Meer informatie over dit onderwerp? Neem dan contact op met het Cliëntservicebureau T 088 585 85 85. ■

---

## Nader verklaard

**Als je het ooit hebt gezien, herken je het: trilogen, of ook wel wiebelogen genoemd. De officiële naam van de aandoening is nystagmus. Oogarts Nynke Stellingwerf verklaart deze aandoening nader.**

### Hoe herken je nystagmus?

In de meeste gevallen zie je het meteen, soms is het heel subtiel. De ogen maken snelle, ritmische bewegingen. Zeker tien per seconde. Meestal zijn het horizontale bewegingen, soms verticale of draaiende. Er zijn zelfs ogen die het allemaal tegelijk doen.

### Beweegt dan ook alles waar je naar kijkt?

Wanneer je ermee geboren wordt, passen de hersenen zich meestal aan. Iemand met aangeboren trilogen ziet vrijwel altijd slechter dan normaal.

### Wat is de oorzaak?

We kennen de oorzaak niet. Wat we wel weten is dat de afwijking berust op een storing in het besturingscentrum van de ogen in de hersenen. Dit centrum zorgt ervoor dat de ogen goed samenwerken. Dat ze dus bij het kijken naar een stilstaand voorwerp allebei in de juiste richting worden gehouden en bij het kijken naar een bewegend voorwerp dit samen volgen. We zien ook trilogen bij aangeboren slechtziendheid of blindheid. De ogen leren

dan vanaf het begin niet goed gericht kijken, doordat ze niet voldoende kunnen zien. Nystagmus is dus wel een reden om een oogarts te bezoeken die onderzoek kan doen naar een eventuele oog- of hersenaandoening.

### Zijn aangeboren trilogen erfelijk?

Soms is de nystagmus aangeboren. Ook de slechtziendheid op babyleeftijd die zelf trilogen veroorzaakt, kan erfelijk zijn, maar het hoeft niet.

### Komt het altijd bij beide ogen voor?

Soms zien we het alleen bij één oog wanneer we het andere afdekken, bijvoorbeeld bij kinderen die scheel zien. We noemen dat een 'latente nystagmus'.

### Kan het over gaan?

Meestal niet, maar soms zien we het vóór het vierde jaar verdwijnen. We weten niet hoe dat komt. Wel kan de nystagmus in de loop van de jaren minder worden en kinderen met nystagmus passen zich meestal goed aan. Ze gaan meestal naar het reguliere onderwijs en in sommige gevallen ook een rijbewijs halen.

### Waardoor kun je trilogen op latere leeftijd krijgen?

Je kunt het krijgen door bijvoorbeeld een beroerte, een ontsteking of virus, door de ziekte van Menière, hoofdletsel of door tumoren. In deze gevallen passen de hersenen zich niet meer aan en kun je inderdaad het beeld dat je ziet, niet meer focussen ofwel 'stil zetten'. Dan lijkt alles waar je naar kijkt te trillen. Dat is een heel lastige, vermoeiende beperking.

### Helpt een bril of contactlenzen?

Als de oogbewegingen niet te sterk zijn, kunnen contactlenzen het zicht iets

# Landelijk Nieuws

pagina 6

verbeteren. Zeker wanneer het lukt om precies door het midden van een bril of lens te kijken, kan men soms wat beter zien. Het zien dichtbij is vaak beter dan veraf.

## **Helpt een operatie of medicijnen?**

Sommige patiënten houden hun hoofd scheef om het rustigste punt van de trilogon op te zoeken. Deze patiënten kunnen spierpijn krijgen en ook afwijkingen aan hun wervelkolom. Om dit te voorkomen worden soms de oogspieren in een operatie zodanig verzet dat de ogen bij het recht vooruit kijken in de ruststand komen te staan. Medicijnen zijn ook wel geprobeerd, maar ze zijn ongeschikt voor kinderen, helpen meestal onvoldoende en wegen dan niet op tegen de bijwerkingen.

## **Wat kan Visio hierin betekenen?**

Mensen met nystagmus zien over het algemeen veel slechter. Door de verlaagde gezichtsscherpte hebben zij vaak aanpassingen nodig, zoals vergrotingen van werkjes/toetsen op school of vergrotingen op de computer. Een ergotherapeut en/of begeleider van Visio kan hier gericht advies over geven, bijvoorbeeld over de beste plek in de klas of vergrotingssoftware. ■

---

## Leven oppakken met Visio Het Loo Erf

Je leven weer zelfstandig kunnen oppakken, na het verlies van (een deel van) je gezichtsvermogen. Dat is de insteek van Visio Het Loo Erf (VHLE) in Apeldoorn, het landelijk revalidatiecentrum voor intensieve revalidatie. Leo Rooke (59) rondt na acht maanden

revalidatie zijn traject bij Visio Het Loo Erf af. Eind jaren tachtig werd bij hem Retinitis Pigmentosa (kokervisus) geconstateerd.

Leo: "Ik heb hier geleerd om aan mijn naasten uit te leggen wat er echt aan de hand is.

Waarom pa met regelmaat een glas kapot tikt. Daar kunnen zij wat mee en ik maak het hen hiermee mogelijk om mij te helpen."

## **Meerwaarde intensieve revalidatie groot**

Het traject bij VHLE is intensief. Leo: "Dat is echter ook de kracht. Door voortdurend, vier tot vijf dagen, ook 's avonds, bezig te zijn met je beperking maak je vorderingen, vooral in de acceptatie. Voordat ik hier kwam, heb ik lang geacteerd, ik was creatief in het verzinnen van trucjes. Maar op het moment dat je je auto en je racefiets de deur uit moet doen, wordt het wel anders. Ik kwam er niet meer mee weg. Het kostte het me enorm veel energie om hetzelfde te kunnen blijven doen als mijn omgeving. Ik heb geleerd dat dat komt doordat ik alleen maar liep te compenseren. Aan het einde van de week was ik op. Nu ga ik er anders mee om. Ik heb leren doseren en ben open over mijn beperking."

"Het accent ligt hier op wat wél mogelijk is. Ik heb geleerd om lef te krijgen. Om over straat te gaan met een stok en dat heeft me wat opgeleverd. Ik ontvang hulp en attente reacties en die zijn welkom." ■

---

## Algemeen

### **Veranderingen in indicatiestelling CIZ**

De functie behandeling (BH) gekoppeld aan de grondslag Zintuiglijke handicap (ZG) is sinds 18 april 2011 indicatievrij. Afspraken rondom inhoud van zorg, productie en financiering lopen nu alleen via het zorgkantoor en niet

# Landelijk Nieuws

pagina 7

meer via het CIZ. Visio valt nog wel onder de AWBZ. Als uw huidige indicatie Behandeling van Visio verloopt, kunt u toch zorg blijven ontvangen. Door het vervallen van de indicatiestelling lijkt het alsof we ongekende ruimte hebben om zorg te bieden. Visio werkt echter met profielen. De intaker en de primair behandelaar stellen in overleg met u uw revalidatieplan vast. Op basis daarvan wordt een cliëntprofiel vastgesteld. Dit kan variëren van 0 tot 10, 0 tot 40 of 40 tot 80 uren. Voor de functie Begeleiding individueel (BGIND) die u nodig hebt als u ambulante woonbegeleiding van Visio ontvangt, verandert er niets. Voor deze functie doet Visio nog steeds aanvraag bij het CIZ.

## **Week van de Toegankelijkheid**

Van zaterdag 1 tot en met vrijdag 7 oktober vindt de Week van de Toegankelijkheid plaats. Deze keer is het thema 'Naar buiten', waarbij specifiek aandacht wordt gevraagd voor de toegankelijkheid van straat en natuur. Zie voor meer informatie de website [www.weekvandetoegeankelijkheid.nl](http://www.weekvandetoegeankelijkheid.nl). Visio sluit op dezelfde manier aan als vorig jaar. Dat wil zeggen dat de invulling lokaal gebeurt. Opvallend is dat de Dag van de Witte Stok dit jaar niet in de Week van de Toegankelijkheid valt. Wegens steeds verder teruglopende publiciteit is ervoor gekozen dit jaar een andere weg in te slaan en een opvallende landelijke activiteit te ontwikkelen. Viziris heeft hiertoe het initiatief genomen. Visio, het Oogfonds, de NVBS en Bartiméus zijn hierbij betrokken.

## **Echolokalisatie**

Door middel van echolokalisatie kunnen zeer slechtziende en blinde mensen objecten waarnemen door de verwerking van informatie die voortkomt uit de reflectie van geluid. Door

deze nieuwe techniek, die in Nederland is geïntroduceerd door Dan Kish, zelf ook blind, kan iemand precies horen waar bijvoorbeeld muren, gebouwen en deuropeningen zijn. Dat wordt gedaan door te klikken met de tong. Het geluid van het klikken met de tong weerkaatst tegen de dingen die iemand met een visuele beperking wil 'zien', bijvoorbeeld een gebouw. Aan de echo is te horen hoe groot het gebouw is en waar het staat. Dit vergroot de mobiliteit. Echolokalisatie blijkt een waardevolle toevoeging te zijn voor de oriëntatie en mobiliteit bij blinde en zeer slechtziende mensen. Daarom helpt Visio cliënten om bedreven te raken in echolokalisatie. Daarvoor is vanaf 2009 een groot intern opleidingsprogramma van start gegaan. We hebben inmiddels ruim 120 medewerkers opgeleid om u van dienst te zijn. Aarzel daarom niet om contact te zoeken met het Cliëntservicebureau via **T 088 585 85 85**.

## **Reünie in Grave**

Bent u ook benieuwd wat er van uw vroegere klasgenoten is geworden? Visio organiseert een reünie voor leerlingen en medewerkers. De reünie is uitsluitend bedoeld voor leerlingen die tussen 1990 en 1999 onderwijs hebben gevolgd aan het voortgezet speciaal onderwijs (VSO) van Theofaan (later Convergō en Sensus) te Grave. Uiteraard willen we zo veel mogelijk oud-leerlingen bereiken, maar dat is niet eenvoudig. Als u tussen 1990 en 1999 onderwijs hebt gevolgd bij het VSO in Grave, laat het ons dan weten. Kent u nog meer oud-schoolgenoten uit deze periode, stuur ze dit berichtje dan door. Uiteraard worden uw gegevens conform de wet op de privacy behandeld. U kunt contact opnemen via [reuniegrave@visio.org](mailto:reuniegrave@visio.org).

# Nieuws uit de regio

pagina 8

## **Nieuw: Visio introduceert blog op website**

Visio start met de publicatie van een persoonlijke blog van een cliënt op de website. Visio is van mening dat dit een goed inzicht geeft in wat er echt gedacht en gevoeld wordt; de dilemma's, emoties en worstelingen waar cliënten, maar ook medewerkers, mee te maken krijgen. Doordat mensen een blog van commentaar kunnen voorzien, leert Visio van deze feedback en krijgt de organisatie nieuwe inzichten. Een blog geeft bezoekers van de website een kijkje achter de schermen.

Annemiek van Munster, ex-revalidant van Visio Het Loo Erf en cliënt van Visio, geeft als eerste invulling aan deze nieuwe vorm van communiceren. Zij debuteerde in 2010 met haar boek "+23, een revalidatieproces in beeld". Niet eerder verscheen er een boek dat zoveel inzicht geeft in de onduidelijke beperking slechtziendheid. Zij gaf een kijkje in deze, voor velen onvoorstelbare, wereld op een wijze waardoor slechtziendheid invoelbaar wordt. Het zicht van Annemiek van Munster mag wazig zijn, haar kritische blik, eerlijkheid en humor zijn haarscherp. We zijn benieuwd naar haar belevenissen. Kijk op de website [www.visio.org](http://www.visio.org) voor haar blog. ■

---

## Nieuws uit de regio Zuidwest-Nederland

De trainingen en bijeenkomsten van Koninklijke Visio bij u in de u buurt zijn verdeeld in een aantal thema's. We lichten er een aantal uit. Voor alle programma's geldt:

- ◆ Voor meer informatie en aanmelden kunt u contact opnemen met het Cliënt Service Bureau T 088 585 85 85.

- ◆ Bij voldoende aanmeldingen starten de trainingen. Het minimum aantal deelnemers verschilt per training.
- ◆ De contact- en adresgegevens van de locaties in Zuidwest-Nederland zijn te vinden in het colofon.
- ◆ Wijzigingen voorbehouden

---

## Hulpmiddelen

Communicatie is belangrijk. Denk hierbij aan geschreven en gesproken berichten en de mogelijkheden en het gebruik van hulpmiddelen. Maar ook iets zoeken op het internet of het sturen van een email zijn hier voorbeelden van. Bij de meeste vormen en manieren van communiceren kan Visio u ondersteunen. Door middel van een onderzoek brengt de deskundige uw vaardigheden en wensen in kaart. Hierna volgt advies over de mogelijkheden die u heeft en in hoeverre Visio hierin tegemoet kan komen.

### **Navigatiehulpmiddelen**

Tijdens de bijeenkomst biedt Visio informatie over de mogelijkheden van de navigatiehulpmiddelen iPhone en Trekker Breeze. De deelnemers moeten actief zijn op het gebied van oriëntatie en mobiliteit binnen diverse routes in de woonomgeving.

Datum: 13 oktober 2011, 10.30 – 12.30 uur  
Locatie: Visio te Rotterdam. Inschrijven is mogelijk tot maandag 26 september 2011.

### **Mobiele telefonie**

De mogelijkheden van de smartphones komen aan de orde tijdens de themabijeenkomsten mobiele telefonie. Er is informatie over: vergrotingsmogelijkheden, mobieltjes met spraaksoftware, toestellen met een Android

# Nieuws uit de regio

pagina 9

besturingssysteem en de mogelijkheden van de iPhone. Data: 6 oktober en 21 november 2011. Locatie: Visio te Rotterdam. ■

---

## Stemming, emoties, verwerking

Visusverlies kan gepaard gaan met gevoelens van afhankelijkheid, verlies aan autonomie en daarmee vermindering van zelfwaardering, wat onzekerheid tot gevolg heeft. Soms is het lastiger om contacten te maken en te onderhouden. Wat voor de één dagelijkse routine is, is voor de ander minder vanzelfsprekend. Wat kunt u doen? Met revalidatie kunt u uw mogelijkheden uitbreiden. Visio helpt met het opnieuw leren van dagelijkse handelingen. Er zijn programma's voor jong en oud, thuis of in dagdelen op een locatie in de buurt.

### Zorgen voor jezelf

De training is geschikt voor iedereen die merkt door de visuele beperking moeite te hebben met het maken van keuzes, ontspannen, het stellen van grenzen en het opkomen voor zichzelf. U wordt zich bewust van de stressfactoren en leert hiermee om te gaan. U leert de nadruk te leggen op uw kwaliteiten en deze verder te ontwikkelen. Het betreft acht bijeenkomsten. Datum: start 11 oktober 2011, 14.00 -16.00 uur bij Visio te Leiden

### Ik kan er een boek over schrijven

Leven met een visuele beperking nodigt nogal eens uit om te schrijven over belevenissen die indruk op u hebben gemaakt. Visio biedt, als u beschikt over enige computervaardigheden, de mogelijkheid om uw verhaal op te schrijven.

Hierbij is er aandacht voor de opzet, opmaak en vormgeving. De verhalen worden (gedeeltelijk) met elkaar gelezen en besproken, waarna u leert hoe u de reacties op uw verhaal kunt verwerken. Het betreft zes bijeenkomsten. Datum: start 14 oktober 2011, 14.00 -16.00 uur bij Visio te Leiden.

### Groepsgesprekken

Tijdens bijeenkomsten met lotgenoten is er de mogelijkheid om op een interactieve manier te werken aan verschillende thema's in relatie tot de visuele beperking. Herkenning en erkenning spelen hierbij een grote rol. Het betreft zes tot tien bijeenkomsten. Datum: start in het najaar bij Visio te Goes en Rotterdam.

### Netwerkcursus

Het is prettig om, naast oude vrienden, ook nieuwe vrienden te krijgen die bij de huidige levenssituatie en die dezelfde interesses delen. Tijdens deze training leert u hoe u uw persoonlijk netwerk kunt vergroten en onderhouden. Het betreft tien bijeenkomsten. Datum: start in het najaar bij Visio te Goes, Rotterdam en Den Haag.

### Mindfulness

Tijdens deze training om stress, psychische klachten en negatieve emoties te hanteren leert u om te accepteren wat er op dat moment is. Het is geen therapie, maar een training om aandachtig en aanwezig te zijn. Het is de bedoeling om hiermee thuis verder aan de slag te gaan met behulp van een werkboek en oefen-cd's. Centraal staan de individuele bewustwording van de leefstijl, ademhaling, omgaan met stress, verdriet, confrontaties en verlies. Het zijn acht bijeenkomsten van drie uur. Datum: start in januari 2012 bij Visio te Den Haag en Rotterdam.

# Nieuws uit de regio

pagina 10

## **Lotgenotengespreksgroep voor mensen met een visuele en auditieve beperking**

Heeft u een visuele en auditieve beperking en wilt u in contact komen met lotgenoten? Dan kan dat. Tijdens de bijeenkomsten komen er allerlei thema's aan de orde die in het dagelijks leven een rol spelen zoals: energieverdeling, sociale contacten, omgaan met een dubbele beperking, afhankelijkheid, gebruik van audiologische hulpmiddelen en zelf ingebrachte thema's. Het doel van deze bijeenkomsten is ervaringen met elkaar uitwisselen, steun ervaren van lotgenoten en het uitwisselen van adviezen en tips. Bij voldoende aanmeldingen start deze groep bij Visio te Den Haag.

## **Doe-praatgroep voor kinderen**

In de Doe-praatgroep merken kinderen van zeven tot twaalf jaar dat ze niet de enige zijn bij wie het een beetje anders gaat. Het kan opluchten als ze de kans krijgen hier over te praten. Het is de bedoeling om één keer in de twee weken bij elkaar te komen, na schooltijd. Onderwerpen die aan de orde komen zijn: hoe maak je vrienden, hoe gaat het thuis, met buiten spelen, wat is moeilijk of juist niet. Met elkaar wordt er gezocht naar oplossingen. Soms leren de kinderen te begrijpen waarom iets wel of niet kan, dat maakt het ook vaak makkelijker om ermee om te gaan. Door de activiteiten die de groep gezamenlijk doet, ontdekken ze wat ze leuk vinden en wat ze allemaal nog wél kunnen, in eigen tempo. Direct een mooie kans om vrienden te maken. Datum: start september 2011, woensdag 13.00-16.00 uur bij Visio Onderwijs te Rotterdam, Heindijk 4. Ook in Den Haag starten ze met deze groep, maar dan één keer per maand van 14.00 – 16.00 uur.

Tijdens de schoolvakanties organiseert Visio **Doe-praatdagen**. Neem contact op met het Cliënt Service Bureau voor meer informatie.

## **Doe-praatgroep voor kinderen met een verstandelijke beperking**

Hetzelfde concept van deze groep is eveneens aangepast voor kinderen van twaalf tot achttien jaar met zowel een visuele als een verstandelijke beperking. Ook hier stimuleert het contact met elkaar om zelf dingen uit te proberen. Datum: start september 2011, maandag 15.00 - 16.45 uur bij Visio Onderwijs te Rotterdam, Heindijk 4. ■

---

## Vaardigheden verbeteren

### **Ontdek uw mogelijkheden**

In vijf trainingen maakt u kennis met de revalidatieopties van Visio. Onderwerpen als: huishouden, buiten op straat lopen, vrijetijdsbesteding en communicatie komen aan de orde. U krijgt adviezen die de uitvoering van dagelijkse handelingen vergemakkelijken. Er is aandacht voor systematisch handelen, gebruik van verlichting, werken met andere zintuigen en contrasten. Het betreft vijf bijeenkomsten Datum: bij Visio te Leiden: 7 en 28 oktober en 4 november van 13.30 tot 16.00 uur. In Rotterdam start de groep bij voldoende aanmeldingen.

### **Efficiënt omgaan met het geheugen**

Het geheugen is belangrijk om goed te functioneren. Iedereen heeft wel eens momenten dat het geheugen je in de steek laat. U bent in de winkel, weet dat er nog iets is dat gehaald moest worden, maar wat? Vanwege

# Nieuws uit de regio

pagina 11

uw visuele beperking bent u vaak nog meer op uw geheugen aangewezen. U krijgt uitleg over de werking van het geheugen, praktische tips en leert via methodes hoe u uw geheugen het beste actief houdt en gebruikt. Het betreft zes bijeenkomsten van twee uur met een terugkomdag na anderhalve maand.  
Datum: start september 2011.

## **Massagetraining**

In navolging op de succesvolle massagetrainingen in Leiden kunt u hiervoor vanaf komend najaar ook bij Visio Goes terecht! Tijdens deze achtdaagse training leert u praktische revaliderende vaardigheden. Hierbij is aandacht voor het ontwikkelen van een juiste houding en een goede energiebalans. Het doel van de training is het in praktijk brengen van de massages in de eigen omgeving. Het vergroot mogelijkheden op het gebied van vrije tijd en/of arbeid. De training start in het najaar en wordt aangeboden bij Visio in Leiden en in Goes.

## **Workshop: Online catalogus Loket aangepast-lezen raadplegen**

De boekcollecties van het Loket aangepast-lezen bestaan uit circa 7.000 brailleboeken en ruim 55.000 titels in gesproken vorm op Daisy cd Rom. Op de internetsite van het Loket aangepast-lezen kunt u een catalogus raadplegen om boeken uit te kiezen. In het voorjaar van 2011 is de internetsite van het Loket aangepast-lezen gewijzigd, zodat deze beter toegankelijk is. Heeft u toch problemen met het raadplegen van de catalogus op internet of wilt u informatie over alle mogelijkheden die de internetsite van het Loket aangepast-lezen u kan bieden? Visio organiseert een workshop waarin u leert hoe u de catalogus zelfstandig kunt raadplegen en optimaal van de website gebruik kunt maken.

Tegelijkertijd houdt u zich bezig met het toepassen en gebruiken van de computer.  
Datum: maandag 10 oktober, 9.30 tot 12.30 uur bij Visio te Leiden. ■

---

## Vrijetijdsbesteding

### **Kom een spelletje uitproberen**

Maak kennis met diverse aangepaste gezelschapsspellen en vormen van vrijetijdsbesteding. Zo is er Rummycub XL, vergrote Denksport puzzels en kaartspelen. U heeft de kans om de spelletjes zelf uit te proberen en informatie in te winnen. Aanmelden is verplicht. Datum: 9 november of 12 december 2011, 14.00 – 16.00 uur bij Visio te Goes.

### **Passende vrijetijdsbesteding**

Bent u op zoek naar een passende vrijetijdsbesteding? En wilt u hierbij leren om uw visuele en tactiele mogelijkheden zo goed mogelijk in te zetten? Hiervoor heeft Visio een programma waar op aangepaste wijze begeleiding wordt gegeven die erop is gericht dat u deze activiteit zelfstandig thuis kunt voortzetten. De programma's zijn op groepsbasis. Zo kunt u houten speelgoed maken, boetseren, vlechten met pitriet, mozaïeken, vilten, bloemschikken, poppen maken, schilderen (in reliëf), werken met textiele vormen, sieraden maken, beschilderen van wol en zijde, kledingaccessoires en tuindecoraties maken. Bent u er nog helemaal niet uit wat bij u past? Meldt u dan aan voor de oriënterende training Vrije tijd. Of heeft u interesse in een van de andere trainingen? Neem in alle gevallen contact op met het Cliënt Service Bureau.

# Nieuws uit de regio

pagina 12

## **Oproep: Breng showdown naar Zeeland**

Showdown is een sport die uitermate geschikt is voor mensen met een visuele beperking. De sport is te vergelijken met tafeltennis en wordt beoefend op een tafel met recht opstaande randen. Aan de twee korte kanten van de tafel zit een gat waarin de geluidsbal moet worden geslagen om te scoren. Het spel wordt geheel op gevoel en gehoor gespeeld. Aan deze sport kan iedereen deelnemen; alle spelers dragen een geblindeerde skibril. Zo is iedereen gelijk aan elkaar. Hoewel Nederland diverse showdown verenigingen telt, is er geen vereniging die actief is in Zeeland. Vanuit Visio te Goes willen we bekijken of er in deze regio voldoende interesse is om deze sport ook hier op te zetten. Het is de bedoeling om aan te sluiten bij de reguliere tafeltennisvereniging van Goes. Hierdoor is het mogelijk om de sport samen met andere jongeren uit te oefenen. Bent u op zoek naar een leuke vrijetijdsbesteding, die u ondanks uw visuele beperking uit kunt voeren, neem dan contact op met Visio in Goes! ■

---

## Cliëntenraad

Deze cliëntenraad bestaat uit cliënt-vertegenwoordigers die op één of verschillende locaties in deze regio gebruik maken of hebben gemaakt van de dienstverlening van Visio. Zij volgen het beleid van Visio in de regio kritisch met als doel de belangen van de cliënten te behartigen. Als u ideeën hebt voor de verbetering van de dienstverlening dan kunt u dit vanzelfsprekend bespreken met uw behandelaar, maar daarnaast biedt ook de cliëntenraad mogelijkheden. Naar aanleiding van uw melding bespreken zij uw suggesties in nauw overleg met de directeur Revalidatie &

Advies Zuidwest-Nederland. Op deze wijze beoogt Visio de dienstverlening te bewaken en te optimaliseren. Neem voor meer informatie contact op Marijke Wolffenbuttel, T 071 561 15 58 of m.wolffenbuttel@ziggo.nl ■

---

## Uitgelicht

### **Visio te Goes bestaat 25 jaar**

Visio te Goes bestond op 1 juni 2011 25 jaar. Dit heuglijke feit mag natuurlijk niet ongemerkt voorbij gaan. Bij Visio in Goes zijn er daarom ook verschillende activiteiten georganiseerd voor zowel (oud-)cliënten als voor het personeel. Zo was er tijdens de Open Dag van de Zorg voor alle belangstellenden gebak. Daarnaast is er een film gemaakt met de cliënten uit de regio. Bert van Leerdam, bekend van een uurtje Bert, van Radio Omroep Zeeland, is op pad gegaan om een aantal cliënten in de thuissituatie te filmen. Het is een prachtig filmpje over de manier waarop ze de dienstverlening van Visio hebben verwerkt in hun dagelijks leven. Visio brengt eveneens een speciale Daisy versie uit. Zo is het voor iedereen mogelijk om het filmpje te bekijken en/of te beluisteren. Ook aan de kleine cliënten is gedacht. Alle kinderen die op dit moment onder behandeling van Visio in Goes zijn hebben een presentje gekregen of ontvangen dit binnenkort.

### **Locatie Goes gesloten op 30 september**

En tot slot viert het personeel op vrijdag 30 september 2011 het jubileum. We gaan er gezellig een dagje op uit. Houdt u er dus rekening mee dat de locatie dan gesloten is.

### **Open dag Visio te Leiden**

Op zaterdag 15 oktober 2011 zet Visio in Leiden de deuren open. Iedereen is welkom

# Berichten van derden

pagina 13

om een kijkje te komen nemen. Er zijn verschillende stands met informatie over computertrainingen, arbeidstrajectbegeleiding, maatschappelijk werk, low-vision onderzoek en creatieve revalidatie. Cliënten, familie, vrienden en kennissen zijn welkom van 11.00 tot 16.00 uur.

## **Eenvoudige vraag? Er zijn inlooptijden!**

Met eenvoudige vragen kunt u op inlooptijden zonder afspraak terecht bij de dichtstbijzijnde locatie van Visio. In Rotterdam elke donderdag van 13.00– 15.30 uur op de Schiedamse Vest, in Leiden elke woensdag van 9.30 -12.00 uur. In Goes elke donderdag van 9.00 -12.00 uur. In Den Haag iedere dinsdag van 9.00 -12.00 uur en in Dordrecht elke donderdag van 9.00 - 12.00 uur. Op de Schiedamse Vest in Rotterdam is iedere laatste vrijdag van de maand van 9.00 -12.00 uur een speciaal IT inloopspreekuur. In Dordrecht is dit iedere laatste donderdag van de maand van 13.30 – 16.30. ■

---

## Berichten van derden

### **Looproutes voor reizigers van NS**

Vanaf september 2011 kunnen slechtziende en blinde reizigers op [www.ns.nl/geleidelijnen](http://www.ns.nl/geleidelijnen) beschrijvingen vinden van bijna alle NS-stations in Nederland. Uit een test, uitgevoerd door Viziris, de netwerkorganisatie van en voor mensen met een visuele beperking, en de Nederlandse Spoorwegen, bleek dat mensen met een visuele beperking behoefte hebben aan specifieke route-informatie op treinstations. Op de website van NS kan men alle mogelijke routes op een station raadplegen als tekst én downloaden als geluidsbestand. Dit omvat routes van ingangen naar perrons, van

perron naar perron en van perrons naar de uitgangen. Als leidraad bij de beschrijvingen is zoveel mogelijk gebruik gemaakt van de reeds aanwezige geleidelijnen.

### **Meer informatie?**

Om de informatie op site van de NS recent te houden kunnen reizigers, die gebruik maken van deze routebeschrijvingen, verbeteringen doorgeven via [looproutes@viziris.nl](mailto:looproutes@viziris.nl), of de Ooglijn T 030 294 54 44. ■

---

### **12 november: JMD-dag in Nijmegen**

Op zaterdag 12 november 2011 vindt in de Radboud Universiteit te Nijmegen de tweejaarlijkse dag voor Juveniele Maculadegeneratie (JMD) plaats. De dag is geschikt voor JMD-patiënten van alle leeftijden en hun ouders of andere familieleden, maar ook onderzoekers, begeleiders, mensen met vergelijkbare oogaandoeningen en andere belangstellenden. Juveniele Macula Degeneratie is de verzamelnaam voor zes verschillende vormen van zeldzame, erfelijke en meestal progressieve vormen van Macula Degeneratie. Deze aandoeningen manifesteren zich over het algemeen al op jeugdige leeftijd. In het programma is tevens aandacht voor recente medische ontwikkelingen. Dini Nahon van Visio Het Loo Erf spreekt over de begeleiding die Visio kan geven bij de aanpassingen in studie, werk en privéleven. Voor meer informatie: [www.mdvereniging.nl](http://www.mdvereniging.nl) ■

---

# Colofon

pagina 14

Deze nieuwsbrief wordt in een oplage van zestienduizend stuks verspreid onder alle cliënten, verwijzers, belangenverenigingen en andere geïnteresseerden binnen de regio van Visio Revalidatie & Advies in Zuidwest-Nederland. Aan de inhoud van de artikelen kunnen geen rechten worden ontleend. Niets uit deze uitgave mag worden gereproduceerd of verspreid zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Koninklijke Visio.

## **Aan deze uitgave werkten mee**

Maureen van Zuuk, Ester Wierenga, Rian Karageorgos, Antonietta Asta, Alicia Neuteboom, Petra Colen, Carla Kieftenburg, Esther Krijger, Johan Dingemans, Mieke Douma, Simone van Keeken, Daniel Schober, Ria Koehorst, Hellen den Hoedt, Sjoukje Boekhout, Joke van de Ree, Johanna Blankesteijn, Carmen Cools, Vincent van der Does, Obbe Albers, Renate in 't Veen, Edwin Stavleu, Marian Sluimers, Esther van Oosterbos, Marina Groot, Relinde van der Burgt, Ria Waelen, Peterlien Soels, Saskia Braire-Prince, Petra Colen, Anne Vrijling, Heleen van der Kamp, Hanneke Fehrmann, Nynke Stellingwerf, Hans Koopmans, Erna de Beuze, Leo Rooke en Janine Oomkens.

## **Drukwerk en verzending**

Drukkerij Arduin – Middelburg  
T 0118 67 90 13

## **Opmaak en eindredactie**

Marjolijn Dekker  
Correspondentieadres:  
Koninklijke Visio  
Schiedamse Vest 158  
3011 BH Rotterdam  
rotterdam@visio.org

## **Klachten**

Hebt u een klacht of bent u ergens ontevreden over? Neem dan contact op met de manager van de betreffende Visio vestiging.

## **Adressen Visio Revalidatie & Advies in de regio Zuidwest-Nederland**

Schiedamse Vest 158  
3011 BH Rotterdam  
T 088 585 97 00  
rotterdam@visio.org

Poortgebouw  
Rijnsburgerweg 10  
(parkeerterrein bereikbaar via Albinusdreef)  
2333 AA Leiden  
T 088 585 96 00  
leiden@visio.org

Stationspark 2  
4462 DZ Goes  
T 088 585 95 00  
goes@visio.org

Bordewijklaan 3  
2591 XR Den Haag  
T 088 585 92 00  
denhaag@visio.org

p/a Albert Schweitzerziekenhuis Amstelwijck  
Van der Steenhovenplein 1  
3317 NM Dordrecht  
T 088 585 94 00  
dordrecht@visio.org

Koninklijke Visio, expertisecentrum voor slechtziende en blinde mensen. Meer informatie is te vinden op [www.visio.org](http://www.visio.org). ■

---