

Als zien een probleem wordt ...  
De mogelijkheden van Visio bieden  
perspectief

Visio 



# Meedoen mogelijk maken

Ik ben slechtziend, kan ik toch zelfstandig wonen en reizen? Door mijn slechtziendheid kost het huishouden me veel meer energie en moeite. Is daar iets aan te doen? Ik wil graag blijven sporten. Kan dat wel, nu ik slechter zie? Kan ik, ondanks dat ik blind ben, een betaalde baan vinden? Ik wil het nieuws volgen en contact houden met mijn vrienden via social media en e-mail. Heb ik daarvoor wellicht iets aan een tablet? Hoe ga ik ermee om dat ik zo slecht zie?

Bij Visio helpen we u graag deze en andere vragen te beantwoorden. Ook adviseren en ondersteunen we u en geven we trainingen op allerlei gebieden. Dat noemen we "revalidatie". Zo kunt u mee blijven doen in het dagelijks leven. Soms zijn eenvoudige handreikingen en tips al voldoende, soms is er meer nodig. Maar wat uw vraag ook is, Visio helpt u verder en maakt meedoen mogelijk.

# Hoe helpt Visio u verder?

## **Onderzoek als basis**

Als eenvoudige adviezen en tips niet volstaan, is het starten van revalidatie een volgende stap. Met een intakegesprek brengen we samen met u in kaart op welke gebieden u in het dagelijks leven hinder ondervindt van uw visuele beperking. Ook komt aan bod wat we daarin voor u kunnen betekenen. Vervolgens onderzoeken we wat u nog ziet. Daarbij kijken we naar hoe scherp u ziet, hoeveel overzicht u heeft bij het kijken, hoeveel contrast u waarneemt en welke kleuren u ziet. Het is belangrijk om te weten onder welke omstandigheden u het beste ziet. Met deze gegevens kunnen wij u namelijk een advies op maat geven, bijvoorbeeld over een hulpmiddel, verlichting of een praktische training.

## **Advies en Hulpmiddelen**

Visio verkoopt zelf geen hulpmiddelen, maar adviseert u over een passend hulpmiddel en biedt training aan in het gebruik hiervan. Niet alle problemen kunnen worden ondervangen met een hulpmiddel. Zo kan het lezen met een loep een uitkomst zijn, maar blijft dit soms inspannend en vermoeiend. Bij Visio kunt u nieuwe praktische vaardigheden aanleren en beter leren omgaan met belasting en belastbaarheid.

## **Perspectief door revalidatie**

Met een visuele beperking blijft het vaak goed mogelijk om zelfstandig te functioneren. Visio ondersteunt u bij het (opnieuw) leren benutten van uw mogelijkheden. Dat kan gaan om alledaagse handelingen, zoals passende kleding uitzoeken, een maaltijd bereiden of het huis opruimen.



Maar ook om vaardigheden op het gebied van zelfstandig op pad gaan, structuur aanbrengen in uw dagelijkse routine, gebruik van een tablet of smartphone, hobby's of (vrijwilligers)werk. Bovendien ondersteunt Visio u in het omgaan met uw visuele beperking, in het gemis van visuele informatie en overzicht, en het vinden van een betere energiebalans. Zo ontstaat er weer perspectief in moeilijke situaties.

### **Revalidatie die bij u past**

Visio kent meerdere vormen van revalidatie. U kunt op een Visio-locatie bij u in de buurt aan uw (hulp)vragen werken. Afhankelijk van uw vragen kan dit ook thuis of op het werk. Daarnaast bestaat de mogelijkheid om bij Visio Het Loo Erf in Apeldoorn te revalideren. Hier volgen volwassenen een programma van gemiddeld 30 weken, waarbij zij een aantal maanden, meerdere dagen per week, verblijven bij Visio Het Loo Erf en werken aan volwaardig mee kunnen doen in de maatschappij. Zo is er altijd wel een revalidatievorm die past bij uw persoonlijke situatie.

---

**“Bij Visio zeggen ze: ‘Wat kun je allemaal nog wél als je niks meer ziet?’ Het is een bijzonder mooi proces geweest, waar ik een goed gevuld rugzakje met tips, handvatten en hobby's aan heb overgehouden. Ik hoor van de mensen om mij heen zelfs dat ik door mijn tijd bij Visio Het Loo Erf weer ben gaan bruisen.”**

Angelien van Zeijl-Klumpers

# Leven, leren, wonen en werken met een visuele beperking

Hierna beschrijven wij de meest voorkomende aandachtsgebieden binnen onze revalidatie. Staat uw vraag of probleemgebied er niet tussen? Geen probleem. Bij Visio kunt u met alle vragen over leven, leren, wonen en werken met een visuele beperking terecht. Uw vraag is leidend in onze dienstverlening, waardoor wij revalidatie op maat bieden, passend bij uw persoonlijke situatie.

## 1 Lezen

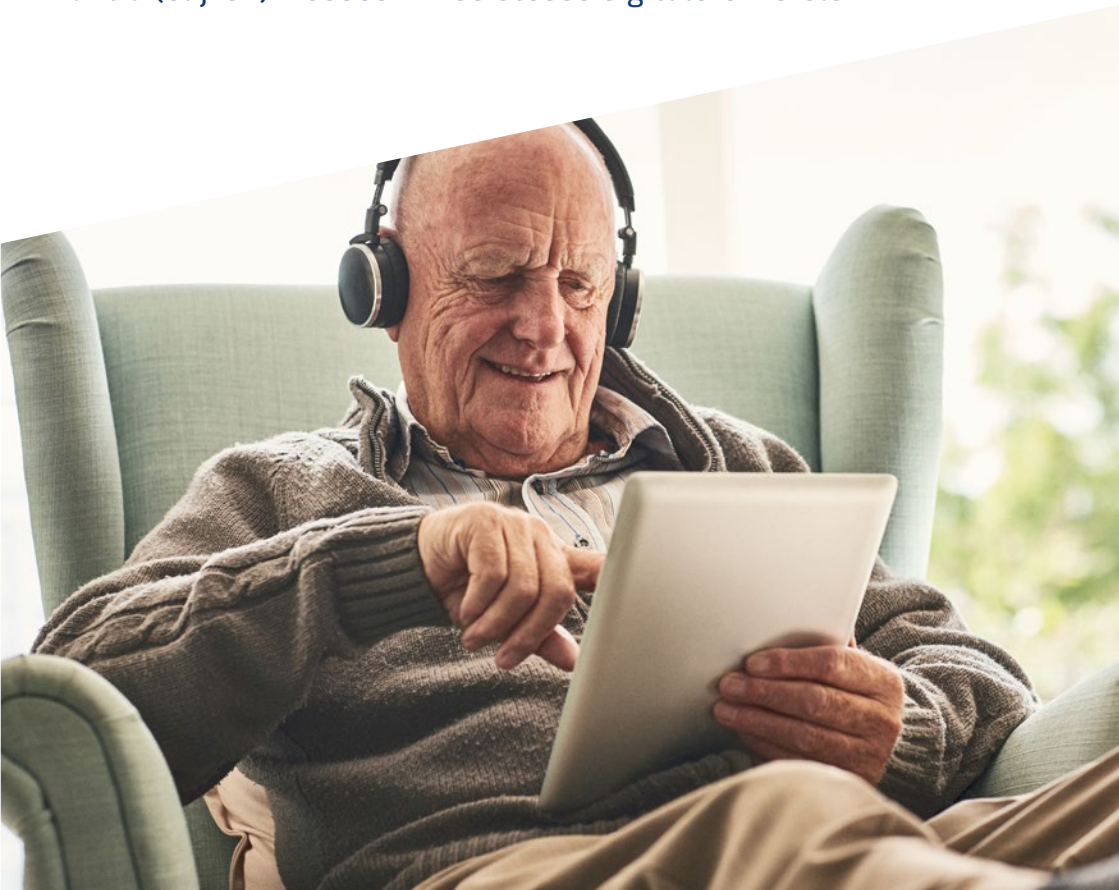
Lezen doet u de hele dag door. Het begint al 's morgens als u wilt weten hoe laat het is. Gedurende de dag wilt u het nieuws lezen, social media checken, films kijken en misschien is er tijd om een boek te lezen. Onderweg zijn er informatieborden en tijdens het koken vraagt u zich af wat de houdbaarheidsdatum van een product is. Kortom: u kunt niet zonder lezen.

Als uw ogen slechter worden en het lezen niet meer op de gebruikelijke wijze lukt, zijn er mogelijkheden om op een andere manier te lezen. U kunt bijvoorbeeld gebruik maken van een loep, gesproken boeken en kranten of gesproken ondertiteling op televisie. Aangepaste verlichting, leessoftware op uw computer of laptop of apps op uw smartphone en tablet kunnen eveneens uitkomst bieden.

Visio adviseert over leesmogelijkheden voor slechtziende en blinde mensen. Naast advies over het meest geschikte leeshulpmiddel, geeft Visio instructie in het gebruik ervan.

## **2 Gebruik van smartphone, tablet en computer**

Computers en andere communicatiemiddelen, zoals smartphones en tablets, zijn niet meer uit ons dagelijks leven weg te denken. De meeste van deze middelen zijn toegankelijk voor mensen met een visuele beperking. U kunt ze voor uiteenlopende taken gebruiken. Denk aan (beeld)bellen, appen en e-mailen voor werk- of privédoeleinden. Maar ook aan navigeren, bladmuziek lezen, recepten voorlezen en internetten. Bij Visio kijken we samen met u welk communicatiemiddel het beste bij u past. Indien nodig trainen we u in het gebruik ervan. Zo kunt u (blijven) meedoen in de steeds digitalere wereld.







### **3 Omgaan met uw visuele beperking**

Een visuele beperking kan uw leven sterk beïnvloeden of zelfs op zijn kop zetten. Misschien vindt u het wel moeilijker om contact te maken, omdat u mensen en gezichtsuitdrukkingen niet meer herkent. Of voelt u zich onzeker en gaat u niet meer naar uw club of vereniging. Mogelijk vindt u het lastig om hulp te vragen of bent u bang de regie over uw eigen leven kwijt te raken. Ook kan het zijn dat u sneller vermoeid bent, omdat het slechter zien veel energie kost. Uw omgeving begrijpt niet altijd wat u doormaakt en wat u wel of niet ziet. Daardoor kunt u het gevoel krijgen dat u uzelf moet verantwoorden. Bij Visio zijn deze gevolgen niet opeens weg, maar wij ondersteunen u en, indien gewenst, uw naasten bij de verwerking en het omgaan met uw visuele beperking. Bovendien kunt u tijdens uw revalidatie ervaringen en tips uitwisselen met lotgenoten. U hoeft het niet alleen te doen.

---

**“Acceptatie van mijn slechtziendheid was de eerste stap in het proces van het ermee om leren gaan. Ik moest afscheid nemen van hoe het was en beseffen dat mijn leven nooit meer hetzelfde zou worden als voorheen. Dit heb ik als mijn belangrijkste inzicht ervaren. Stap voor stap heb ik dat proces doorlopen, samen met Visio. Ook het contact met lotgenoten is voor mij heel belangrijk; dat gaf én geeft me nu nog heel veel steun.”**

Katrien Quaegebeur

#### **4 Persoonlijke en praktische vaardigheden**

Gedurende de dag komt doorgaans een reeks aan taken en activiteiten voorbij. Persoonlijke verzorging met passende kleding uitzoeken, scheren, make-up aanbrengen en medicijngebruik is er daar één van. Maar ook op huishoudelijk vlak speelt zich het nodige af. Denk aan koken en daarbij allerlei apparaten bedienen, schoonmaken, de was doen en strijken. Of buiten ramen zemen, tuinieren en kleine klusjes doen.

Met slecht zicht vraagt het uitvoeren van dit soort taken om aanpassingen. Visio adviseert en begeleidt u bij het aanleren van nieuwe vaardigheden. Daarnaast kan het gebruik van een hulpmiddel, aanpassing van de omgeving (inrichting, verlichting, contrast) een positieve bijdrage leveren aan het zo zelfstandig mogelijk leven in en om het huis.

#### **5 Zelfstandig op pad in de openbare ruimte**

Ook het zelfstandig op pad gaan krijgt opeens een andere dimensie als uw zicht achteruit gaat of wegvalt. U voelt zich wellicht onzeker op de fiets, omdat u andere verkeersdeelnemers niet, slecht of laat ziet. Datzelfde geldt voor autorijden; kan dat überhaupt nog wel? Hoe komt u bij de supermarkt en hoe vindt u daar uw boodschappen? Hoe steekt u veilig de straat over en reist u met het openbaar vervoer? Allemaal vragen waar Visio graag samen met u voor gaat zitten. Wat zijn uw wensen en mogelijkheden? En welke hulpmiddelen en vaardigheden kunnen u helpen om die mogelijkheden te benutten? Bij Visio leert u om weer vol vertrouwen zelfstandig op pad te gaan.



## **6 Opleiding en werk**

Studeren en werken is voor veel mensen van groot belang. Het vormt de basis voor financiële onafhankelijkheid, meedoen in de maatschappij en de mogelijkheid jezelf persoonlijk te ontwikkelen. Maar wat als je door je visuele beperking problemen ondervindt op het werk? Of moeite hebt met het vinden van een geschikte opleiding of passende baan? Visio kijkt samen met u welke moeilijkheden u ervaart.

Samen stellen we een plan op om eventuele problemen te verhelpen en mogelijkheden in kaart te brengen. Zo helpen we u om (weer) prettig aan de slag te kunnen of krijgt u een passend advies voor een vervolgopleiding of baan. Indien nodig betrekken we hier uw werkgever, uitkeringsinstantie of opleider bij.

## **7 Vrije tijd**

Het hebben van een creatieve of sportieve vorm van vrijetijdsbesteding is goed voor de gezondheid. Het geeft plezier, gaat vaak samen met het hebben van contacten en draagt bij aan een positieve lichamelijke en mentale gesteldheid. Een visuele beperking kan het uitoefenen van een hobby bemoeilijken, soms zodanig dat een aanpassing of een andere vorm van vrijetijdsbesteding gewenst is.

Visio kan u ondersteunen bij het vinden van een vrijetijdsbesteding die bij u past. U krijgt handvatten om de activiteit van uw keuze aan te passen aan uw wensen en mogelijkheden. Visio heeft geen eigen verenigingen of clubs waar u uw vrije tijd kunt doorbrengen. Wij kunnen u wel helpen de mogelijkheden binnen uw eigen omgeving te zoeken en te benutten.





# Visio. Nu verder.

## **Begin vandaag met morgen**

Slechter zien kan ingrijpende gevolgen hebben in het dagelijks leven. Dat kan confronterend en verwarrend zijn. Dingen die u voorheen zonder nadenken deed, gaan nu opeens niet meer vanzelf. Bij Visio staan we stil bij deze gevolgen en gaan we samen met u op zoek naar nieuwe mogelijkheden.

Dus als u in het dagelijks leven problemen ondervindt bij het zien, neem dan contact op met Visio. Begin vandaag nog met morgen!

## **Bekostiging**

Revalidatie vanwege uw visuele beperking zit in het basispakket van uw zorgverzekering. De zorgverzekering kent een verplicht eigen risico. U heeft een verwijzing nodig van uw oogarts of andere medisch specialist. U kunt ook bij Visio terecht als u al ergens anders wordt behandeld. Wij streven naar een optimale samenwerking met andere hulpverleners.

---

**“Toen ik vijf jaar geleden in twee maanden tijd bijna blind werd, stortte mijn wereld in. Gedurende het revalidatietraject bij Visio leerde ik stap voor stap inzien dat ik meer ben dan alleen mijn visuele beperking. Visio heeft mij mijn onafhankelijkheid en zelfstandigheid terug gegeven. Ik sta weer volop in het leven.”**

Ria Verveer

# Informatie en aanmelden

Algemene informatie over Visio vindt u op [www.visio.org](http://www.visio.org). Wilt u zich vrijblijvend in een persoonlijk (telefonisch) gesprek laten informeren over de mogelijkheden van Visio? Maak dan eens een afspraak met onze afdeling Advies bij u in de buurt. Hier kunt u zonder verwijzing terecht. Kijk voor de (contactgegevens van de) dichtstbijzijnde vestiging op [www.visio.org/contact](http://www.visio.org/contact).

Wanneer u zich wilt aanmelden bij Visio, bel dan ons Cliëntservicebureau via **088 585 85 85**.  
Onze medewerkers helpen u graag verder.

In deze brochure richten wij ons op volwassenen met een visuele beperking vanaf 18 jaar.

Visio biedt echter ook onderzoek en begeleiding voor:

- Kinderen en jongeren.
- Mensen die slechtziend of blind zijn en daarnaast een andere beperking hebben (verstandelijk, lichamelijk, zintuiglijk).
- Mensen met visuele problemen door niet-aangeboren hersenletsel.

Ouders/verzorgers, begeleiders en professionals die betrokken zijn bij deze mensen, kunnen bij Visio terecht voor advies en begeleiding.

Onze dienstverlening aan andere doelgroepen staat in aparte brochures beschreven. U vindt deze in onze webshop, maar u kunt ze ook opvragen bij de afdeling Advies van Visio bij u in de buurt. Kijk voor de dichtstbijzijnde vestiging op [www.visio.org/contact](http://www.visio.org/contact)

**Koninklijke Visio**  
expertisecentrum voor  
slechtziende en blinde mensen

[www.visio.org](http://www.visio.org)

Volg @konvisio op:

